

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2023-12-17 niedziela	PODSTAWOWA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki drobiowe 60g (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Mus owocowy + herbatniki
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki drobiowe 60g (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 130g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Budyń czekoladowy 250g (BIA, GLU)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Mus owocowy + herbatniki

	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 50g Sałata zielona 10g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana 150g Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Mus owocowy + herbatniki
	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Parówki drobiowe 60g (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 150g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g  Kompot b/c 250ml	Kefir 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Mus owocowy + z jabłka b/cukru
		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 (wymienniki 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)	

	AZS	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 50g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL) Filet gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana 150g Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g Sałata 10g</p>		<p>Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL) Filet gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana 150g Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250m</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>
	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1szt (BIA) Jabłko 1 szt</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL) Kotlety sojowe 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 220g Surówka z czerwonej kapusty 150g</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Miód 20g Ser twarogowy 60g (BIA)</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>

2023-12-18 poniedziałek	PODSTAWOWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z jajka i serka topionego 60g (JAJ, BIA) Pomidor 30g Ogórek zielony 30g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z jajka i twarogu 60g (JAJ, BIA) Pomidor 30g Ogórek zielony 30g	Banan 1szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, SEL)  Kompot 250ml	Gruszka 1szt	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	<b>CUKRZYCOWA</b>	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Pasta z jajka i twarogu 60g (JAJ, BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>	<p>Banan 1szt</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)</p> <p>Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, SEL)</p> <p>Kompot b/c 250ml</p>	<p>Gruszka 1szt</p>	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 50g (BIA)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>
		<p>469.7 kcal</p> <p>B 20.8 g</p> <p>T 18.9 g</p> <p>Wp 52.7 g</p> <p>F 4 g</p> <p>WW 5.4 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>116.1 kcal</p> <p>B 2.5 g</p> <p>T 0.8 g</p> <p>Wp 23.3 g</p> <p>F 1.3 g – błonnik</p> <p>WW 2.3 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>631.9 kcal</p> <p>B 39.2 g</p> <p>T 16.6 g</p> <p>Wp 65.4 g</p> <p>F 14.5 g</p> <p>WW 6.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>91 kcal</p> <p>B 6.7 g</p> <p>T 2.8 g</p> <p>Wp 0 g</p> <p>F 0 g – błonnik</p> <p>WW 0 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>259.5 kcal</p> <p>B 15.5 g</p> <p>T 9.9 g</p> <p>Wp 25.8 g</p> <p>F 3.8 g</p> <p>WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	<b>AZS</b>	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 50g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)</p> <p>Udka z kurczaka gotowane 100g</p> <p>Ziemniaki 220g</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>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>

	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 50g</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (GLU, BIA, SEL)</p> <p>Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, SEL)</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>Pomidor 30g</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>
	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Pasta z jajka i serka topionego 60g (JAJ, BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)</p> <p>Makaron z sosem pomidorowym i fasolą 300g (GLU, SEL)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Dżem 40g</p> <p>Ser twarogowy 60g (BIA)</p> <p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>
2023-12-19 wtorek	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 30g</p> <p>Ser żółty 20g (BIA)</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Salata 10g</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA)</p> <p>Karczek pieczony 100g</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraczki zasmażane 150g</p> <p>Sos pieczeniowy 100g (SEL)</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Pasztet 70g (SOJ)</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>

				Kompot 250ml			
	<b>WZBOGACONA</b>	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) (SOJ) Polędwica sopocka 30g Ser żółty 20g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Jabłko 1 szt.	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony 130g  Ziemniaki 250g  Buraczki zasmażane 150g  Sos pieczeniowy 100g (SEL)  Kompot 250ml	Kisiel owocowy 250g	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	<b>LEKKOSTRAWNA</b>	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) schab gotowany 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Buraczki gotowane 150g  Sos pietruszkowy 50g (SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

	CUKRZYCOWA	<p>Herbata b/c 250 ml          Bułka grahamka 50g (GLU)          Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA)          Masło 10g (BIA)          Polędwica sopocka 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)          karczek pieczony 100g            Ziemniaki 200g            Buraczki gotowane 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)          Pasztet 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>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA)          schab gotowany 100g            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</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 50g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA)</p> <p>schab gotowany 100g</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraczki gotowane 150g</p> <p>Sos pietruszkowy 50g (SEL)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Polędwica Ani 50g (SOJ)</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p> <p>Sałata 10g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>
	WEGETARIANŚKA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Ser żółty 50g (JAJ)</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA)</p> <p>Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, BIA)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Miód 40 g</p> <p>Ser twarogowy 60g (BIA)</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>
2023-12-20 środa	PODSTAWOWA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA,</p>		<p>Zupa grochówka 350ml (BIA, SEL)</p> <p>Racuchy z jabłkiem i cynamonem 2 szt. (GLU, JAJ, BIA)</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>Jajko gotowane 25g (JAJ)</p> <p>Polędwica sopocka 30g</p>	<p>Kisiel 200ml</p> <p>Herbatniki 30g (GLU)</p>

	<p>GLU)  <i>Masło 15g (BIA)</i>  <i>Ser topiony 50g (BIA)</i>  <i>Pomidor 30g</i>  <i>Sałata 10g</i></p>				<p><i>Ogórek zielony 30g</i>  <i>Sałata 10g</i></p>	
WZBOGACONA	<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i>  <i>Chleb 60g (GLU)</i>  <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</i>  <i>Ser topiony 50g (BIA)</i>  <i>Pomidor 30g</i>  <i>Sałata 10g</i></p>	<p><i>Budyń czekoladowy 200g (GLU, BIA)</i></p>	<p><i>Zupa grochówka 400ml (BIA, SEL) (BIA)</i>  <i>Racuchy z jabłkiem i cynamonem 3 szt. (GLU, JAJ, BIA)</i>  <i>Kompot 250ml</i></p>	<p><i>Banan 1szt.</i></p>	<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i>  <i>Chleb 60g (GLU)</i>  <i>Masło 15g (BIA)</i>  <i>Jajko gotowane 25g (JAJ)</i>  <i>Polędwica sopocka 30g</i>  <i>Ogórek zielony 30g</i>  <i>Sałata 10g</i></p>	<p><i>Kisiel 200ml</i>  <i>Herbatniki 30g (GLU)</i></p>
LEKKOSTRAWNA	<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i>  <i>Chleb 40g (GLU)</i>  <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</i>  <i>Masło 15g (BIA)</i>  <i>Szynka gotowana 50g</i>  <i>Sałata 10g</i></p>		<p><i>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL)</i>  <i>Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA)</i>  <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i>  <i>Chleb 40g (GLU)</i>  <i>Masło 10g (BIA)</i>  <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i>  <i>Sałata zielona 10 g</i></p>	<p><i>Kisiel 200ml</i>  <i>Herbatniki 30g (GLU)</i></p>

	CUKRZYCOWA	<p>Herbata b/c 250 ml          Bułka grahamka 50g (GLU)          Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)          Masło 10g (BIA)          Ser topiony 50g (BIA)          Pomidor 30g          Sałata 10g</p>	<p>Pomarańcza 1szt</p>	<p>Zupa grochówka 350ml (BIA, SEL)          Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA) b/c          Kompot b/c 250ml</p>	<p>Banan 1 szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml          Bułka grahamka 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Jajko gotowane 25g (JAJ)          Polędwica sopocka 30g          Ogórek zielony 30g          Sałata 10g</p>	<p>Kisiel b/c 200ml          Jabłko</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)          Szyńka 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)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>	Kisiel 200ml
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)          Masło 10g (BIA)          Szyńka gotowana 50g (SOJ)          Pomidor 30g          Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml          koperkowa z ziemniakami (BIA, SEL)          Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA)          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)          Ogórek zielony 30g          Sałata 10g</p>	Kisiel 200ml

2023-12-21 czwartek	WEGETARIANSKA	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		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL) Racuchy z jabłkiem i cynamonem 2 szt. (GLU, JAJ, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Dżem 40g Ser twarogowy 60g (BIA)	Herbatniki 30g (GLU)
	PODSTAWOWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)  Ziemniaki 200g Sałatka z kapusty pekińskiej 150g  Kompot 250ml		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	Galaretka owocowa z owocami 200g
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA)	Chleb razowy 40g (GLU) Pasta z jaj 25g (JAJ, BIA)	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 180g (GLU, SEL)  Ziemniaki 250g sałatka z kapusty pekińskiej 150g  Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, GOR, SEL) Polędwica wiśniowa 20g Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Galaretka owocowa z owocami 200g

		Pomidor 30g Sałata 10g					
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 60g (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
	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Pasta z jaj 25g (JAJ, BIA)	Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)  Ziemniaki 200g  sałatka z kap pekińskiej 150g	Jabłko 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, GOR, SEL) Polędwica wiśniowa 20g Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Banan 1 szt.

		<i>Salata 10g</i>		<i>Kompot b/c 250ml</i>			
	<i>AZS</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA)</i>		<i>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)  Ziemniaki 200g marchewka got 150g  Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g</i>	<i>Galaretka owocowa 200g</i>
	<i>1500 kcal</i>	<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 Salata 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 Salata 10g</i>	<i>Galaretka owocowa 200g</i>

	WEGETARIANŚKA	<p>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</p>		<p>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL)          Leczo z papryką i pomidorami 150g (SEL)          Ziemniaki 200g          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Serek wiejski 1szt. (BIA)          Ogórek zielony 30g          Sałata 10g</p>	<p>Galaretka owocowa 200g</p>
2023-12-22 piątek	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml          Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 300ml (BIA, GLU)          Bułka pszenna 65g (GLU)          Chleb 40g (GLU)          Masło 15g (BIA)          Serek kanapkowy 60g (BIA)          Dżem 50g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL)          Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ)          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka grahamka 80g (GLU)          Chleb 40g (GLU)          Masło 15g (BIA)          Ser żółty 30g (BIA)          Szyńka drobiowa 20g (SOJ)          Pomidor 30g          Sałata zielona 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>



WZBOGACONA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Dżem 50g</p>	Banan 1szt	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 350g (GLU, JAJ) Kompot 250ml</p>	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 30g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor 30g Sałata zielona 10g</p>	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)
LEKKOSTRAWNA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. Czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Dżem 50g</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)</p>	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)
CUKRZYCOWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł kukurydzianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)</p>	Banan 1szt	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ)</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 30g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor 30g</p>	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)

		Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g		Kompot b/c 250ml		Sałata zielona 10g	
		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 węglowodanowe)	287.7 kcal B 10.1 g T 14.4 g Wp 28.1 g F 3.8 g WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Jabłko 50g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	Herbatniki

	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Serek kanapkowy 60g (BIA)</p> <p>Jabłko 50g</p>		<p>Zupa ryżowa 250ml (GLU, BIA, SEL)</p> <p>Filet drobiowy gotowany 100g</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki gotowane 150g</p> <p>Sos jarzynowy 50g (SEL)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>
	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Serek kanapkowy 60g (BIA)</p> <p>Dżem 50g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL)</p> <p>Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Ser żółty 50g (BIA)</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>

2023-12-23 sobota	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 jajka 60g (JAJ, GLU, BIA) Ogórek zielony 30g Sałata	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa Solferino 400ml (GLU, BIA, SOJ) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza 200g (GLU) Sałatka z jarzyn mieszanych 150g (BIA) Kompot 250 ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z jajka 60g (JAJ, GLU, BIA) Ogórek zielony 30g Sałata	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)		Zupa koperkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)

		<p>Chleb 40g (GLU)  Masło 15g (BIA)  Szynka konserwowa 50g (SOJ)  Sałata 10g</p>		<p>Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml</p>		<p>Sałata zielona 10g</p>	
	CUKRZYCOWA	<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 jajka 60g (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)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</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)          Szyńka konserwowa 50g (SOJ)          Pomidor 30g          Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa 350ml (BIA, GLU, SEL)          Potrawka drobiowa 150g (SEL, GLU)          Ziemniaki 200g          Marchew gotowana 150g          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)          Ogórek zielony 30g          Sałata</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>
	WEGETARIAŃSKA	<p>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</p>		<p>Zupa koperkowa 350ml (GLU, BIA, SOJ)          Pierogi z białym serem 300g (GLU, BIA)          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Miód 20g</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>

2023-12-24 niedziela	PODSTAWOWA	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) Dżem 50g		Zupa grzybowa z łazankami 350ml (GLU, SEL) Ryba smażona 100g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki 200g Kapusta z grochem 150g Kompot wigilijny 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) Ser żółty 50g (BIA) Dżem 50g	Kiwi 1 szt.	Zupa grzybowa z łazankami 400ml (GLU, SEL) Ryba smażona 130g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki 250g Kapusta z grochem 150g Kompot wigilijny 250 ml		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	Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Ryba gotowana 100g (RYB) Ziemniaki 200g Warzywne paski gotowane 150g		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10 g	Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)

		Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Kompot 250ml			
	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (GLU, BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Dżem 50g		Zupa grzybowa z łazankami 350ml (GLU, SEL) Ryba smażona 100g (RYB, JAJ, GLU) Ziemniaki 200g Kapusta z grochem 150g Kompot wigilijny 250ml	Kefir 1 szt. (BIA)	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	Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)
		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)	



	AZS	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Baton pszenny 50g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ)</p> <p>Schab gotowany 100g</p> <p>Puree ziemniaczane 200g (BIA)</p> <p>Warzywne paski gotowane 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 50g</p>	<p>Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Baton pszenny 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL)</p> <p>Ryba gotowana 100g (RYB)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Warzywne paski gotowane 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Polędwica sopocka 50g</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)</p>
	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml</p> <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>Dżem 50g</p>		<p>Zupa grzybowa z łazankami 350ml (GLU, SEL)</p> <p>Ryba smażona 100g (RYB, JAJ, GLU)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Kapusta z grochem 150g</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Salatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, SEL, GOR)</p> <p>Serek topiony 25g (BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)</p>

				<i>Kompot wigilijny 250 ml</i>			
2023-12-25 poniedziałek	PODSTAWA	<i>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) Pomidor 30g Ogórek zielony 30g</i>		<i>Zupa pomidorowa ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA)  Schab duszony 100g  Sos pieczeniowy 100g (SEL)  Puree ziemniaczane 200g (BIA)  Surówka z czerwonej kapusty 150g  Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</i>	<i>Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)</i>
	WZBOGACONA	<i>Herbata 250 ml Zupa z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g</i>	<i>Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 25g (SOJ)</i>	<i>Zupa pomidorowa ryżem 400ml (GLU, SEL, BIA)  Schab duszony 130g  Sos pieczeniowy 100g (SEL)  Puree ziemniaczane 250g (BIA)</i>	<i>Jabłko 1 szt.</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</i>	<i>Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)</i>

		Ogórek zielony 30g		Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml			
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka (BIA) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Schab duszony 100g Sos jarzynowy 100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g	Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)
	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Ogórek zielony 30g	Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa pomidorowa ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab duszony 100g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g	Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)

				<i>Kompot b/c 250ml</i>			
		<i>482.1 kcal</i> <i>B 29.5 g</i> <i>T 16.1 g</i> <i>Wp 52.9 g</i> <i>F 4.2 g</i> <i>WW 5.3 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>209 kcal</i> <i>B 7.2 g</i> <i>T 10 g</i> <i>Wp 21.8 g</i> <i>F 1.7 g</i> <i>WW 2.2 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>629,8 kcal</i> <i>B 36.8 g</i> <i>T 15.7 g</i> <i>Wp 79.6 g</i> <i>F 13.4 g</i> <i>WW 6.8 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>75 kcal</i> <i>B 0.6 g</i> <i>T 0.6 g</i> <i>Wp 15.2 g</i> <i>F 3 g - błonnik</i> <i>WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>366.4 kcal</i> <i>B 18.7 g</i> <i>T 20.7 g</i> <i>Wp 25.1 g</i> <i>F 3.5 g</i> <i>WW 2.5 (wymienniki węglowodanowe)</i>	
	AZS	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Polędwica sopocka (BIA)</i>		<i>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL)</i> <i>Schab duszony 100g</i>  <i>Sos jarzynowy 100g (SEL)</i>  <i>Puree ziemniaczane 200g (BIA)</i>  <i>Marchew gotowana 150g</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>Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)</i>

	1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Schab duszony 100g  Sos jarzynowy 100g (SEL)  Puree ziemniaczane 200g (BIA)  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)
	WEGETARIAŃSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznicę ze szczypiorkiem 100g (JAJ) Sałata 10g		Zupa pomidorowa 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	Ciasto jogurtowe 50g (GLU, JAJ, BIA)
2023-12-26 wtorek	PODSTAWA	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		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udka pieczone 1 szt. Ziemniaki 200g Buraczki smażone 150g Sos biały 100g (SEL, GLU)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)

		Salata 10g					
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Salata 10g	Pomarańcza 1szt	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Udka pieczone 1 szt. Ziemniaki 250g Buraczki smażone 150g Sos biały 100g (SEL, GLU) Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)
	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udka gotowane 1 szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Sos biały 100g (SEL, GLU)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)

	CUKRZYCOWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Paszтет pieczony 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g</p>	<p>Pomarańcza 1szt</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udka pieczone 1 szt.  Ziemniaki 200g  Buraczki smażone 150g  Sos biały 100g (SEL, GLU)  Kompot b/c 250ml</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Serek homogenizowany naturalny 1 szt. (BIA)</p>	<p>Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)</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)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL)          Udka gotowane 1 szt.          Ziemniaki 200g          Buraczki gotowane 150g          Sos biały 100g (SEL, GLU)</p> <p>kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Ser biały 60g</p>	<p>Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU)          Masło 10g (BIA)          Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL)          Udka gotowane 1 szt.          Ziemniaki 200g          Buraczki gotowane 150g          Sos biały 100g (SEL, GLU)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)</p>	<p>Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)</p>
	WEGETARIANŚKA	<p>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</p>		<p>Zupa koperkowa z zacierką 50ml (GLU, SEL, BIA)          Pierogi z owocami 300g (GLU, JAJ, BIA)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)</p>	<p>Piernik 50g (BIA, GLU, JAJ)</p>



2023-12-27 środa	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Zupa grysikowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g</p>	Kisiel 200ml
	WZBOGACONA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt. (BIA)</p>	<p>Zupa grysikowa 400ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU)  Kompot 250ml</p>	Gruszka 1szt	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g</p>	Kisiel 200ml

	LEKKOSTRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL)  Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel 200ml
	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)	Zupa grysikowa 350ml (BIA, GLU, SEL)  Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU)  Kompot b/c 250ml	Gruszka 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g	Kisiel b/c 200ml
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA)		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Ryż z jabłkiem 300g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)	Kisiel 200ml

	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Twarożek z koperkiem 60g (BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL)</p> <p>Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Sałata zielona 10g</p>	Kisiel 200ml
	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Twarożek z koperkiem 60g (BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL)</p> <p>Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt. (BIA, GLU)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Pasta rybna 60g (RYB, GLU)</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Sałata zielona 10g</p>	Kisiel 200ml
2023-12-28 czwartek	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Ser żółty 50g (BIA)</p>		<p>Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA)</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</p> <p>Sałata 10g</p> <p>Pomidor 30g</p>	Gruszka 1 szt.

		Ogórek zielony 30g Sałata 10g		Kompot 250ml			
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń śmietankowy 250g (BIA, GLU)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400ml (BIA, SEL, GLU)  Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA)  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.
	LEKKOSTRAWNA	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)  Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka pieczona 1 szt.

	CUKRZYCOWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA) Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA)		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	Gruszka pieczona 1 szt.
	1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makaron ze szpinakiem i kurczakiem 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.

	WEGETARIAŃSKA	<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)          Masło 10g (BIA)          Ser biały 60g (BIA)          Ogórek zielony 30g          Sałata 10g</p>		<p>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)          Kotlety z sera 2 szt. (GLU, SOJ)          Ziemniaki 200g          Surówka z białej kapusty 150g          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka pszenna 50g (GLU)          Masło 10g (BIA)          Dżem 80g</p>	<p>Gruszka 1 szt.</p>
2023-12-29 piątek	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml          Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU)          Bułka pszenna 65g (GLU)          Chleb 40g (GLU)          Masło 15g (BIA)          Dżem 80g          Jabłko 1 szt.</p>		<p>Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, JAJ, SEL)          Jajko sadzone 100g (JAJ, BIA)          Puree ziemniaczane 220g (BIA)          Surówka z marchwi i jabłka 150g (BIA, JAJ, GOR)          Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml          Bułka grahamka 80g (GLU)          Chleb 40g (GLU)          Masło 15g (BIA)          Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, GOR, BIA)          Szyńka gotowana 20g (SOJ)          Sałata 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>

WZBOGACONA	<p>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.</p>	<p>Serek 1 szt. (BIA)</p>	<p>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</p>	<p>Banan 1szt</p>	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, GOR, BIA) Szynka gotowana 20g (SOJ) Sałata 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>
LEKKOSTRAWNA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Dżem 80g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś gotowana 100g (RYB, JAJ, GLU) Puree ziemniaczane 220g (BIA) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>

	CUKRZYCOWA	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)	Banan 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (SEL, JAJ, GOR, 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) Pierś gotowana 100g (RYB, JAJ, GLU)  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, GLU) Masło 10g (BIA) Dżem 80g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś gotowana 100g (RYB, JAJ, GLU)  Puree ziemniaczane 220g (BIA) Marchew gotowana 150g  kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki



2023-12-30 sobota	WEGETARIAŃSKA	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)
	PODSTAWA	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 fasolowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL) Sos pieczarkowy 100g (SEL, GLU) 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
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)	Jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa z ziemniakami i400ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 350g (SEL)	Mandarynki 2szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g ze szczypiorkiem 60 g (BIA)	Mus owocowy + herbatniki

		<p>Chleb 60g (GLU)  Masło 15g (BIA)  Szynka drobiowa 30g (SOJ)  Serek topiony 25g (BIA)  Pomidor 30g  Sałata 10g</p>		<p>Sos pieczarkowy 100g (SEL, GLU)  Kompot 250ml</p>		<p>Ogórek zielony 30g  Sałata 10g</p>	
	LEKKOSTRAWNA	<p>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</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 grahamka 80g (GLU)  Chleb 40g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Twarożek 60g (BIA)  Sałata 10g</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>
	CUKRZYCOWA	<p>Herbata b/c 250 ml  Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)  Bułka grahamka 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Zupa fasolowa 350ml (BIA, GLU, SEL)  Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL)</p>	<p>Mandarynki 2szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml  Bułka grahamka 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Twarożek 60g (BIA)  Ogórek zielony 30g  Sałata 10g</p>	<p>Mus owocowy + b/cukru</p>

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

	WEGETARIAŃSKA	<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>Jajecznicza ze szczypiorkiem 100g (JAJ)</i></p>		<p><i>Zupa fasolowa 350ml (BIA, GLU, SEL)</i>  <i>Leczo z pomidorami pieczarkami i papryką w sosie 100g (GLU)</i>  <i>Makaron 200g (GLU)</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*