

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2024-03-20 i e d z i e l a	P	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata	Jabłko 1 szt.
	O	Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2 szt (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g Sałata zielona 10g					
	D	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2szt (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g	Kisiel owocowy 250g	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka panierowany 130g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata	Jabłko 1 szt.
L	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA)	Jabłko pieczone 1 szt.	

T R A W N A	Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata		Buraki gotowane 150g Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml		Sałata 10g	
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) Parówki na ciepło 2szt (SOJ) Sałata Pomidor 30g	Kisiel owocowy b/c 250g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata	Jabłko 1 szt.
	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)		Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Jabłko pieczone 1 szt.

		Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g Sałata 10g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraki gotowane 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Kotlet z sera żółtego 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (BIA, JAJ, GOR)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (JAJ, BIA) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
2 0 2 4 - 0 3	P O D S T A W	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 300g (GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ)	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

- 2 5  n i e d z i e l a	O	60g (BIA)		Kompot 250ml		Pomidor 30g	
	W	Ogórek zielony 30g				Sałata 10g	
	A	Sałata					
		Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa 150g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 350g (GLU, SEL)  Kompot 250ml	Mandarynka 2 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0 2 4 - 0 2 - 2 6 n i e d	L	Herbata 250 ml		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) makaron 200 Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	E	Bułka pszenna 65g (GLU)					
	K	Chleb 40g (GLU)					
	K	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)					
	O	Masło 15g (BIA)					
	S	Szynka drobiowa 50g (SOJ)					
	T	Sałata 10g					
	R						
	A						
	W						
	N						
	A						

<p style="text-align: center;">z i e l a</p> <p style="text-align: center;">2 0 2 3 -</p>							
	<p>C U K R Z Y C O W A</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata</p>	<p>Banan 1 szt. (BIA)</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 300g (GLU, SEL) Kompot b/c 250ml</p>	<p>Mandarynka 2 szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>

		<p>469.7 kcal  B 20.8 g  T 18.9 g  Wp 52.7 g  F 4 g  WW 5.4 (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>631.9 kcal  B 39.2 g  T 16.6 g  Wp 65.4 g  F 14.5 g  WW 6.6 (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>259.5 kcal  B 15.5 g  T 9.9 g  Wp 25.8 g  F 3.8 g  WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</p>	
	A Z S	<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 15g (BIA)  Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)  Udka gotowana 150g  Ziemniaki 200g  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Szynka wieprzowa 50g (SOJ)  Sałata 10g</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)  Masło 10g (BIA)  Szynka drobiowa 50g (SOJ)  Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (GLU, BIA, SEL)  Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)  makaron 200  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Szynka wieprzowa 50g (SOJ)  Pomidor 30g  Sałata 10g</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	W E	<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

2024-03-26 wtorek	GE TAR LI A Ń S K A	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g		(GLU, BIA, SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300g (GLU)  Kompot 250ml		(GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g Pomidor 30g Sałata 10g	
	PO - OD S - T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g		Krupnik z kaszką jęczmienną 350ml (GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Buraczki zasmażane 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g Sałata	Kisiel 200ml
	W Z B O G A C O N	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Pomidor 30g	Budyń waniliowy	Krupnik z kaszką jęczmienną 400ml (GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką 130g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 250g  Buraczki zasmażane	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel 200ml

2023-10-	A	Salata		150g Kompot 250ml		Salata	
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Dżem 30g		Krupnik z kaszą i ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Salata 10g	Kisiel 200ml
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Pomidor 30g Salata	Budyń waniliowy b/cukru	Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g Salata	Kisiel b/c 200ml



				Kompot b/c 250ml			
		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) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, GLU, SEL) Schab gotowany 100g  Ziemniaki 200g,  Buraczki gotowane 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z kurczaka 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel b/c 200ml
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g  Pomidor 30g		Krupnik z kaszą i ziemniakami 350ml (GLU, SEL)  Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ)  Sos koperkowy 100g (SEL)  Ziemniaki 200g  Buraczki gotowane		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g Ogórek zielony 10g	Kisiel 200ml

				150g Kompot 250ml			
	W E G E T E R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g Pomidor 30g Sałata 10g		Krupnik z kaszą i ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Kotlety z jajka 100g (JAJ) Ziemniaki 200g  Buraczki zasmażane 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek wiejski 1szt (BIA) sałata zielona 10 g ogórek zielony 30 g	Kisiel 200ml
2 0 2 4 - 0 3 - 2 7 ś r o d a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ)  Ogórek kiszony 30g Sałata		Zupa fasolowa 350ml (GLU, SEL) Naleśniki z jabłkami na ciepło 300g (GLU, JAJ, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 25 g (BIA) poledwica sopocka 30 g Pomidor 30g sałata zielona 10 g	Serek Bieluch 1 szt. (BIA)
	W	Herbata 250 ml	Mandarynka 2szt	Zupa fasolowa 400ml	Banan 1szt	Herbata 250 ml	Serek Bieluch 1 szt.

Z B O G A C O N A	<p> <i> Bułka pszenna 65g (GLU)  Chleb 60g (GLU)  Zupa mleczna z ryżem  300ml (BIA, GLU)  Masło 15g (BIA)  Paszтет 70g (SOJ)  Ogórek kiszony 30g  Sałata </i> </p>		<p> <i> (GLU, SEL)  Naleśniki z jabłkami na  ciepło 350g (GLU, JAJ,  BIA)  Kompot 250ml </i> </p>		<p> <i> Bułka grahamka  80g (GLU)  Chleb 60g (GLU)  Masło 15g (BIA)  Ser topiony 25 g  (BIA)  połędwica sopocka  30 g  Pomidor 30g  sałata zielona 10 g </i> </p>	<p> <i> (BIA) </i> </p>
L E K K O S T R A W N A	<p> <i> Herbata 250 ml  Bułka pszenna 65g (GLU)  Chleb 40g (GLU)  Zupa mleczna z ryżem  300ml (BIA, GLU)  Masło 15g (BIA)  Szynka drobiowa 50g (SOJ)  Sałata zielona 10g </i> </p>		<p> <i> Zupa jarzynowa z  ziemniakami 350ml  (BIA, SEL)  Makaron z serem 300g  (GLU, JAJ, BIA)  Kompot 250ml </i> </p>		<p> <i> Herbata 250 ml  Bułka grahamka  80g (GLU)  Chleb 40g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Połędwica sopocka  50g  Sałata zielona 10g </i> </p>	<p> <i> Serek Bieluch 1 szt.  (BIA) </i> </p>
C U K R Z Y C O	<p> <i> Herbata b/c 250 ml  Bułka grahamka 50g  (GLU)  Zupa mleczna z ryżem  300ml (BIA, GLU)  Masło 10g (BIA)  Paszтет 70g (SOJ)  Ogórek kiszony 30g </i> </p>	<p> <i> Mandarynka 2szt </i> </p>	<p> <i> Zupa fasolowa 400ml  (GLU, SEL)  Makaron z serem 300g  (GLU, BIA)  Kompot b/c 250ml </i> </p>	<p> <i> Banan 1szt </i> </p>	<p> <i> Herbata b/c 250 ml  Bułka grahamka  50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Ser topiony 25 g  (BIA)  połędwica sopocka  30 g </i> </p>	<p> <i> Serek Bieluch 1 szt.  (BIA) </i> </p>

	W A	<i>Salata</i>				<i>Pomidor 30g sałata zielona 10 g</i>	
		<i>450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>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)</i>	<i>482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL)  Ryż z jabłkiem 300g (BIA)  Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g Sałata zielona 10g</i>	<i>Serek Bieluch 1 szt. (BIA)</i>
	1 5 0 0 k c al	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, SEL) Makaron z serem 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10g pomidor 30 g</i>	<i>Serek Bieluch 1 szt. (BIA)</i>

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g Ogórek kiszony 30g Sałata		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)  Naleśniki z jabłkami na ciepło 300g (GLU, JAJ, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Pomidor 30g sałata zieona 10 g	Serek Bieluch 1 szt. (BIA)
2 0 2 4 - 0 3 - 2 8 c z w a r t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 30g (SOJ)ser żółty 20 g Ogórek zielony 30g Sałata		Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, JAJ) Gulasz po węgiersku 150g (GLU, SEL)  Ziemniaki 200g  Surówka z ogórka kiszzonego 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Pomidor 50g Sałata zielona 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	W Z B O G	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA,	Mandarynka 2 szt.	Zupa serowa z grzankami 400ml (GLU, SEL, JAJ) Gulasz po węgiersku 150g (GLU, SEL)	Serek danio 1szt (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

A C O N A	<p>GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 30g (SOJ) ser żółty 20 g Ogórek zielony 30g Sałata</p>		<p>Ziemniaki 200g Surówka z ogórka kiszzonego Kompot 250ml</p>		<p>Twarożek 60g (BIA) Pomidor 50g Sałata zielona 10g</p>	
L E K K O S T R A W N A	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z makaronem 350ml (GLU, SEL, JAJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Sałata 10g</p>	<p>Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)</p>
C U K R Z Y C O W	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 30g (SOJ)</p>	<p>Mandarynka 2 szt.</p>	<p>Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, JAJ) Gulasz po węgiersku 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z ogórka</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt (BIA)</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Pomidor 50g Sałata zielona 10g</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>

	A	<p>ser żółty 20 g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Salata</p>		<p>kiszzonego 150g</p> <p>Kompot b/c 250ml</p>		
	A Z S	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ)</p> <p>Salata zielona 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, JAJ)</p> <p>Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki gotowane 150g 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>Salata 10g</p> <p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>
	1 5 0 0 k c al	<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>Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ)</p> <p>Salata zielona 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z makaronem 350ml (GLU, SEL, JAJ)</p> <p>Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki gotowane 150g 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>Salata 10g</p> <p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>
	W E	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p>		<p>Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU,</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g</p> <p>Jogurt owocowy 1 szt.</p>

	<p><b>G</b> <b>E</b> <b>T</b> <b>A</b> <b>R</b> <b>I</b> <b>A</b> <b>Ń</b> <b>S</b> <b>K</b> <b>A</b></p>	<p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata zielona 10g Ogórek zielony 30g</p>		<p>SEL, JAJ) kotlet z jajka 100 g, ziemniaki 200 g  sałatka szwedzka 150 g (BIA)  Kompot 250ml</p>		<p>(GLU) Masło 10g (BIA) pasta rybna 80 g  pomidor 30 g  sałata zielona 10 g</p>	
2 0 2 4 - 0 3 - 2 9 p i q t e k	<p><b>P</b> <b>O</b> <b>D</b> <b>S</b> <b>T</b> <b>A</b> <b>W</b> <b>A</b></p>	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g  Sałata</p>		<p>Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, BIA)  Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g  Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna 80g (JAJ, BIA, GLU) Pomidor 30g Sałata</p>	Banan 1szt
	<p><b>W</b> <b>Z</b> <b>B</b> <b>O</b> <b>G</b> <b>A</b> <b>C</b> <b>O</b></p>	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA)</p>	Kisiel owocowy 200g	<p>Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL, BIA)  Ryba panierowana 130g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 250g  Surówka z kapusty</p>	Pomarańcza 1szt	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna 80g (JAJ, BIA, GLU) Pomidor 30g</p>	Banan 1szt



N A	Ogórek kiszony 30g Sałata		kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Sałata	
	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Dżem 80g Sałata zielona 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Pierś z kurczaka 100g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Sos jarzynowy 150g (SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny z koperkiem 60g (BIA) Sałata zielona 10g	Banan 1szt
C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata	Kisiel owocowy b/cukru	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot b/c 250ml	Pomarańcza 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna 80g (JAJ, BIA, GLU) Pomidor 30g Sałata	Banan 1szt

		<p>534,3 kcal  B 17.6 g  T 28.5 g  Wp 49.8 g  F 5.8 g  WW 5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>181,5 kcal  B 4.5 g  T 1.5 g  Wp 35.7 g  F 3.8 g  WW 3.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>557,9 kcal  B 31.6 g  T 9.8 g  Wp 78.6 g  F 12.4 g  WW 8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal  B 0.6 g  T 0.6 g  Wp 15.2 g  F 3 g - błonnik  WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>287.7 kcal  B 10.1 g  T 14.4 g  Wp 28.1 g  F 3.8 g  WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	A Z S	<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 15g (BIA)  Powidła 80g  Sałata zielona 10g</p>		<p>Zupa ziemniaczana 350ml (GLU, SEL, BIA)  Pierś z kurczaka 100g  Ziemniaki 200g  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Serek kanapkowy naturalny z koperkiem 60g (BIA)  Sałata zielona 10g</p>	Banan 1szt
	1 5 0 0 k c al	<p>Herbata 250 ml  Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU)  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Dżem 80g  Sałata zielona 10g</p>		<p>Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL)  Pierś z kurczaka 100g  Ziemniaki 200g  Marchew gotowana 150g  Sos jarzynowy 150g (SEL)  Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml  Bułka pszenna 50g (GLU)  Masło 10g (BIA)  Serek kanapkowy naturalny z koperkiem 60g (BIA)  Sałata zielona 10g</p>	Banan 1szt

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g  Sałata		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL)  Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna 80g (JAJ, BIA, GLU) Pomidor 30g Sałata	Banan 1szt
2 0 2 4 - 0 3 - 3	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Spaghetti w sosie pomidorowym 300g (GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Sok owocowy 1szt
0 s o b o t a	W Z O B O G	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g	Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, BIA) Spaghetti w sosie pomidorowym 350g (GLU, SEL)	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Sok owocowy 1szt

A C O N A	(SOJ) Pomidor 30g Sałata		Kompot 250ml			
	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) Szynka gotowana 50g (SOJ)		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g
C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata	Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Spaghetti w sosie pomidorowym 300g (GLU, SEL)  Kompot b/c 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Pomidor 30g	Sok pomidorowy 1szt
	539,5 kcal B 18.4 g T 29 g Wp 49.4 g F 5.2 g	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g	836.3 kcal B 41.7 g T 47.2 g Wp 55.4 g F 9.4 g	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik	251,8 kcal B 13.4 g T 10 g Wp 25.4 g F 3.6 g	

		WW 5.1 (wymienniki węglowodanowe)	WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)	WW 5.6 (wymienniki węglowodanowe)	WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)		Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) schab gotowany 100 g ziemniaki 200 g ,buraki 150 g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA)	Sok owocowy 1szt
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Szyńka gotowana 50g (SOJ)		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Sok owocowy 1szt
	W E G E T A R I A Ń S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Jajko gotowane 1szt Pomidor 30g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Spaghetti w sosie szpinakowym 300g (GLU, SEL)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Sok owocowy 1szt

	K A						
2 0 2 4 - 0 3 - 3 1 n i e d z i e l a	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) Jajko gotowane 25 g(JAJ) szynka gotowana 30 g (JAJ, SEL, BIA, GOR) Sałata,rzodkiewka 30 g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) sałatka jarzynowa 100 g ,baleron 30 g Pomidor 30g Sałata	Babka 60 g (GLU, BIA)
2 0 2 3	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajko gotowane 25 g . (JAJ) szynka gotowana 30 g (JAJ, SEL,GOR) Sałata,rzodkiewka 30 g	Galaretka owocowa 150g	Rosół z makaronem (GLU, SEL) Udko pieczone 180g Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) sałatka jarzynowa 100 g ,baleron 30 g Pomidor 30g Sałata	Babka 60 g (GLU, BIA)
2 3 - 0 1 - 2	L E K O S T	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udko gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połędwica sopocka 50g,sałata zielona	Babka 60 g (GLU, BIA)

1 n i e d	R A W N A	szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata zielona 10g		Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml		10 g	
	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) Jajko gotowane 25 g (JAJ) szynka gotowana 30 g (SEL, BIA, GOR) Sałata 10 g , rzodkiewka 30 g	Pomarańcza 1szt	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL)  Udko pieczone 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 150g (BIA, JAJ, GOR)  Sos jarzynowy 100g (SEL)  Kompot b/c 250ml	Banan 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) sałatka jarzynowa 100 g , baleron 30 g Pomidor 30g  Sałata	Mandarynka 150
		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 Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata zielona 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL) Udko gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10g	Banan 150 g (GLU, BIA)
1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) jajko gotowane 25 g, szynka gotowana 30 g (SOJ) Sałata zielona 10g, rzodkiewka 30 g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Udko gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10g, pomidor 330 g	Babka 60 g (GLU, BIA)
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) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) ser żółty 30 g (JAJ, SEL, ) Sałata 10 g , rzodkiewka 30 g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL) Kotlet z sera żółtego 100g (JAJ, GLU) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 150g (BIA, JAJ, GOR)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Mg aśło 10g (BIA) sałatka jarzynowa 100 g , serek topiony 25 , sałata zielona 10g Pomidor 30g	Babka 60 g (GLU, BIA)



2 0 2 4 - 0 4 - 0 1 p o n i e d z i a t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 50 g (SOJ) Ogórek 30g Sałata		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Karczek duszony 100g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata	Budyń 200 ml
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 50 g(SOJ) Ogórek 30g Sałata	Serek waniliowy 1szt (BIA)	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (GLU, SEL) Karczek duszony 130g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Ziemniaki 250g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Mandarynka 2 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata	Budyń 200 ml.
	L E K K	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g		Herbata 250 bułka grahamka 80 g ,chleb 40 g ,masło 10 g ,szynka z	Budyń 200 ml

	O S T R A W N A	Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) połudwica sopocka 50g (SOJ)  Sałata 10g		Sos pietruszkowy 100g (SEL)  Ziemniaki 200g  Buraczki gotowane 150g  Kompot 250ml		indyka 50 g ,sałata zielona 10 g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) połudwica sopocka 50 g (SOJ)  Ogórek 30g  Sałata	Mandarynka 2szt	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL)  Karczek duszony 100g  Sos pieczeniowy 100g (SEL)  Ziemniaki 200g  Surówka z czerwonej kapusty 150g  Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Paszтет 70g (SOJ)  Ogórek kiszony 30g  Sałata	Budyńb/c
		482.1 kcal B 29.5 g T 16.1 g Wp 52.9 g F 4.2 g WW 5.3 (wymenniki węglowodanowe)	209 kcal B 7.2 g T 10 g Wp 21.8 g F 1.7 g WW 2.2 (wymenniki węglowodanowe)	629,8 kcal B 36.8 g T 15.7 g Wp 79.6 g F 13.4 g WW 6.8 (wymenniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)	366.4 kcal B 18.7 g T 20.7 g Wp 25.1 g F 3.5 g WW 2.5 (wymenniki węglowodanowe)	

	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 50g (SOJ)  Sałata 10g		Zupa z makaronowa z makaronem ryżowym 350ml (, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g  Sos pietruszkowy 100g (SEL)  Ziemniaki 200g  Buraczki gotowane 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka z indyka 50g Sałata 10g	Budyń 200 ml.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z grysikiem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) (BIA) polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor b/s 30g Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g  Sos pietruszkowy 100g (SEL)  Ziemniaki 200g  Buraczki gotowane 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka z indyka 50g Sałata 10g	Budyń 200 ml
	W E G E T	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z grysikiem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA)		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL)  Kotlet z pieczarek 100g (GLU)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek	Budyń 200 ml

2024-04-02 wtorek	A R I A Ń S K A	Ser żółty 50g (BIA) Ogórek 30g		Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		homogenizowany owocowy 1szt (BIA)	
	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g sałata zielona 10 g	Galaretka 200g (GLU)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata	Banan 1szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 350g (GLU, BIA)  Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g sałata zielona 10 g	Galaretka 200g (GLU)

L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata	Galaretka 200g (GLU)
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) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g  Sałata	Banan 1szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL)  Makaron z serem na ciepło b/s 300g (GLU, BIA)  Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g sałata zielona 10 g	Galaretka b/c 200g (GLU)
	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)	358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	

				węglowodano we)		
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Galaretka 200g (GLU)
1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g ogórek zielony 30 g	Galaretka 200g (GLU)
W E G E T A R I A Ń S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g sałata zielona 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem na ciepło 300g (GLU, BIA)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g Sałata  Ogórek zielony 30g	Galaretka 200g (GLU)

	K A						
2 0 2 4 - 0 4 - 0 3 ś r o d a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata		Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL) Kotlet mielony 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Surówka szwedzka 150g (GOR)  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g  Sałata	Kiwi 1szt	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (BIA, GLU, SEL)  Kotlet mielony 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka szwedzka 150g (GOR)  Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	L E K K O S T R	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)		Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL)  Pulpety mielone 100g (GLU, JAJ)  Ziemniaki 200g  Marchew gotowana		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

A W N A	<i>Salata 10g</i>		<i>150g</i> <i>Sos koperkowy 100g</i> <i>Kompot 250ml</i>			
C U K R Z Y C O W A	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i> <i>jęczmiennymi 250ml (BIA,</i> <i>GLU)</i> <i>Bułka grahamka 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 50g (BIA)</i> <i>Ogórek kiszony 30g</i> <i>Salata</i>	<i>Kiwi 1szt</i>	<i>Zupa pieczarkowa z</i> <i>makaronem 350ml</i> <i>(BIA, GLU, SEL)</i>  <i>Gulasz drobiowy 150g</i> <i>(GLU, SEL)</i> <i>Kasza jęczmienna 200g</i> <i>(GLU)</i>  <i>Salatka szwedzka 150g</i> <i>(GOR)</i> <i>Kompot b/c 250ml</i>	<i>Jogurt</i> <i>naturalny 1</i> <i>szt. (BIA)</i>	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Bułka grahamka</i> <i>50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana</i> <i>50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i> <i>Salata</i>	<i>Jogurt naturalny 1 szt.</i> <i>(BIA)</i>
A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ryżowa 350</i> <i>ml,pulpet drobiowy</i> <i>b/jajka,b/bułki 100</i> <i>g ,ziemniaki 200</i> <i>g ,marchewka 150 g</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana</i> <i>50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Jogurt naturalny 1 szt.</i> <i>(BIA)</i>
1 5 O O k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i> <i>jęczmiennymi 250ml (BIA,</i> <i>GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ryżowa 350ml</i> <i>(BIA, SEL)</i>  <i>Pulpety mielone 100g</i> <i>(GLU, JAJ)</i>  <i>Ziemniaki 200g</i>  <i>Marchew gotowana</i> <i>150g</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana</i> <i>50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Jogurt naturalny 1 szt.</i> <i>(BIA)</i>



				Sos koperkowy 100g Kompot 250ml			
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g  Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (BIA, SEL)  Fasolka po bretońsku 150g (wegetariańska)  Ziemniaki 200g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) pasta rybna 80 g , pomidor 30 g ,sałata zielona 10 g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0 2 4 - 0 4 - 0 4 c z w a r t e	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany waniliowy 1szt (BIA) Mandarynka 1szt		Zupa grochówka z ziemniakami 350ml (SEL, GLU, BIA)  Makaron ze szpinakiem i mięsem w sosie śmietanowym 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g  Sałata 10g	Mus z jabka 200g )
	W Z B O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)	Budyń czekoladowy 150g (BIA, GLU)	Zupa grochówka z ziemniakami 400ml (SEL, GLU, BIA) Makaron ze szpinakiem	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml bułka grahamka 80 g ,chleb 40 g ,masło 15 g ,polędwica	Mus z jabłka 200 g

k	G A C O N A	<p>Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany waniliowy 1szt (BIA) Mandarynka 1szt</p>		<p>i mięsem w sosie śmietanowym 350g (GLU, BIA)  Kompot 250ml</p>		<p>sopocka 50 g ,pomidor 30 g ,sałata zielona 10 g</p>	
	L E K K O S T R A W N A	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany waniliowy 1szt (BIA) Mandarynka 1szt</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (SEL, BIA)  Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica sopocka 50g (BIA) Sałata 10g</p>	<p>Mus z jabłka 200g</p>
	C U K R Z Y C O W A	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica sopocka 50g  Mandarynka 1szt</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>	<p>Zupa grochówka z ziemniakami 350ml (SEL, GLU, BIA)  Makaron ze szpinakiem i mięsem w sosie śmietanowym 300g (GLU, BIA)  Kompot b/c 250ml</p>	<p>Banan 1 szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica sopocka 50 (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Mus z jabłka b/c 200g (BIA, GLU)</p>
		<p>Herbata 250 ml</p>		<p>Zupa jarzynowa z</p>		<p>Herbata 250 ml</p>	<p>Mus z jabłka 200 ml</p>

	A Z S	<p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i>  <i>Masło 15g (BIA)</i>  <i>Półdewica sopocka 50g (SOJ)</i>  <i>Salata 10g</i></p>		<p><i>ziemniakami 350ml (SEL, BIA)</i>  <i>Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL)</i>  <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i>  <i>Masło 10g (BIA)</i>  <i>Półdewica sopocka 50g (BIA)</i>  <i>Salata 10g</i></p>	
	1 5 0 0 k c al	<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>Serek homogenizowany waniliowy 1szt (BIA)</i>  <i>Mandarynka 1szt</i></p>		<p><i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (SEL, BIA)</i>  <i>Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL)</i>  <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i>  <i>Masło 10g (BIA)</i>  <i>Półdewica sopocka 50g (BIA)</i>  <i>Salata 10g</i></p>	<p><i>Mus z jabłka 200g</i></p>
	W E G E T A R I A Ń S K A	<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>Serek homogenizowany waniliowy 1szt</i>  <i>Mandarynka 1szt</i></p>		<p><i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (SEL, GLU, BIA)</i>  <i>Makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym 300g (GLU, BIA)</i>  <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i>  <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i>  <i>Masło 10g (BIA)</i>  <i>Ser topiony 50g (BIA)</i>  <i>Salata 10g</i></p>	<p><i>Mus z jabłka 200g</i></p>
2	P	<p><i>Herbata 250 ml</i></p>		<p><i>Zupa szczawiowa z</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i></p>	<p><i>Kisiel z jabłkiem 200g</i></p>

0 2 4 - 0 4 - 0 5 p i q t e k	O D S T A W A	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g		ryżem 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 150g  Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g Sałata	
	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) Twarożek 60g (BIA)  Dżem 30g	Pomarańcza 1szt	Zupa szczawiowa z ryżem 400ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ)  Ziemniaki 250g Marchewka a groszkiem 150g  Kompot 250ml	Banan 1szt	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g Sałata	Kisiel z jabłkiem 200g
	L E K K O S T R	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA)  Dżem 30g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g  Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g	Kisiel z jabłkiem 200g

	A W N A			Sos koperkowy 50g (SEL) Kompot 250ml			
	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) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Pomarańcza 1szt	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Marchewka z grozkiem 150g Kompot b/c 250ml	Banan 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta rybna 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g Sałata	Kisiel z jabłkiem 200g
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g (BIA)		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) 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	Banan 1 szt.
	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) Twarożek 60g (BIA)		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Sos koperkowy 50g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g	Banan 1 szt.

				(SEL) Kompot 250ml			
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA)  Dżem 30g		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)  Ziemniaki 200g Marchewka z grozkiem 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta rybna 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g sałata zielona 10 g	Kisiel z jabłkiem 200g
2 0 2 4 - 0 4 - 0 6 s o b o t a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ)  Ogórek zielony 30g Sałata		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)  Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU)  Surówka z kapusty pekińskiej 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata	Jabłko 1 szt.
	W Z B	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA,	Gruszka 1 szt.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL)	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU)	Jabłko 1 szt.

O G A C O N A	<p>GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ)</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Salata</p>		<p>Gulasz drobiowy 180g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 250g (GLU)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Salata</p>	
	<p>L E K K O S T R A W N A</p> <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) Salata 10g</p>		<p>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU)</p> <p>Marchew gotowana 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Salata 10g</p>	Jabłko pieczone 1 szt.
	<p>C U K R Z</p> <p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g</p>	Gruszka 1 szt.	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL)</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 50g (BIA)</p>	Jabłko 1 szt.

	Y C O W A	(GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ)  Ogórek zielony 30g  Sałata		Kasza jęczmienna 200g (GLU)  Surówka z kapusty pekińskiej 150g  Kompot b/c 250ml		Pomidor 30g Sałata	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU)  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko pieczone 1 szt.
	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 drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU)  Marchew gotowana 150g  Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	W	Herbata 250 ml		Zupa kalafiorowa z		Herbata 250 ml	Jabłko 1 szt.



E G E T A R I A Ń S K A	<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i> <i>owsianymi 250ml (BIA,</i> <i>GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Jajecznicą ze</i> <i>szczypiorkiem 100g</i> <i>(JAJ)Sałata 10g</i>		<i>ziemniakami 350ml</i> <i>(BIA, GLU, SEL)</i> <i>Naleśniki z dżemem 2</i> <i>szt. (GLU, JAJ, BIA)</i>  <i>Kompot 250ml</i>		<i>Bułka pszenna 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 60g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i> <i>Sałata 10g</i>	
--	---	--	---	--	---	--

*Jadłospis przygotowany przez Catering Meridian's*