



2024-01-11 czwartek										
PN	Kolacja									
	OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zółd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zółd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
	Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLUPSZ, GLUZYTA) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Sonda mięsna! 400 g (JAJ, SEL)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLUPSZ, SOL)
	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sonda ziemniaczana 300 g (JAJ, MLE, SEL)	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt	Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33L- produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2339,69 kcal; B: 105,97 g; T: 61,94 g; Kw. tł. nasy.: 21,49 g; W: 350,53 g; W tym cukry: 89,39 g; Bł.: 30,99 g; Sol: 8,93 g.	E: 2661,97 kcal; B: 105,48 g; T: 71,58 g; Kw. tł. nasy.: 23,81 g; W: 411,43 g; W tym cukry: 93,22 g; Bł.: 35,00 g; Sol: 10,57 g.	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bł.: 21,35 g; Sol: 2,66 g.	E: 2273,10 kcal; B: 102,67 g; T: 53,82 g; Kw. tł. nasy.: 15,77 g; W: 355,00 g; W tym cukry: 74,20 g; Bł.: 26,34 g; Sol: 5,82 g.	E: 2360,83 kcal; B: 99,19 g; T: 60,17 g; Kw. tł. nasy.: 16,06 g; W: 366,18 g; W tym cukry: 73,93 g; Bł.: 26,51 g; Sol: 5,93 g.	E: 2251,98 kcal; B: 111,66 g; T: 57,22 g; Kw. tł. nasy.: 19,35 g; W: 331,90 g; W tym cukry: 88,90 g; Bł.: 26,34 g; Sol: 6,30 g.	E: 2339,71 kcal; B: 108,18 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 19,63 g; W: 343,08 g; W tym cukry: 88,63 g; Bł.: 26,51 g; Sol: 6,41 g.	E: 2251,98 kcal; B: 111,66 g; T: 57,22 g; Kw. tł. nasy.: 19,35 g; W: 331,90 g; W tym cukry: 88,90 g; Bł.: 26,34 g; Sol: 6,30 g.	E: 2339,71 kcal; B: 108,18 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 19,63 g; W: 343,08 g; W tym cukry: 88,63 g; Bł.: 26,51 g; Sol: 6,41 g.	E: 2170,31 kcal; B: 111,63 g; T: 46,60 g; Kw. tł. nasy.: 16,21 g; W: 336,39 g; W tym cukry: 66,46 g; Bł.: 25,58 g; Sol: 5,70 g.

II ŚN	Śniadanie	Obiad	PD	
	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>OM- XV Beźmielczna Zestaw I</p> <p>OM- XV Beźmielczna Zestaw II</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka z rzepy, białej i jabłka ( ) 100 g (MLE) Bukiet warzyw</p> <p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka z rzepy, białej i jabłka ( ) 100 g (MLE) Bukiet warzyw</p> <p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 300 g Bukiet warzyw</p> <p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab pieczony w rekawie 90 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p> <p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, S) Sposobny ( ) 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Bukiet warzyw</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, JAJ, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, JAJ, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, JAJ, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, JAJ, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 25 g (SOJ, MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 50 g (SOJ, MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 30 g (SOJ, MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, JAJ, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ, MLE) Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ)</p>

2024-01-11 czwartek

2024-01-11 czwartek											
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 25 g Siatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE</u> <u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 30 g Dziem 20 g Siatka żelona 20 g Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>) Margaryna roślinna bez mączna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona parzona 60 g Siatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmączna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mączna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona parzona 60 g Siatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmączna Zestaw II</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mączna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka na kartki- wleprzowa, wędzona, parzona 60 g Siatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		
<p>PN</p> <p>Kanapka z szynką i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u>)</p>	<p>Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l- produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>E: 2258,04 kcal; B: 108,15 g; T: 52,95 g; Kw. tł. nasy.: 16,50 g; W: 347,57 g; W tlm cukry: 66,20 g; Bł.: 23,74 g; Soli: 3,81 g.</p>	<p>E: 2248,98 kcal; B: 104,75 g; T: 54,44 g; Kw. tł. nasy.: 19,51 g; W: 345,24 g; W tlm cukry: 87,07 g; Bł.: 29,94 g; Soli: 7,78 g.</p>	<p>E: 2336,71 kcal; B: 101,26 g; T: 60,78 g; Kw. tł. nasy.: 19,80 g; W: 356,42 g; W tlm cukry: 86,81 g; Bł.: 30,11 g; Soli: 7,89 g.</p>	<p>E: 2626,27 kcal; B: 124,14 g; T: 70,82 g; Kw. tł. nasy.: 27,04 g; W: 386,88 g; W tlm cukry: 69,93 g; Bł.: 37,36 g; Soli: 9,50 g.</p>	<p>E: 2740,10 kcal; B: 121,56 g; T: 77,25 g; Kw. tł. nasy.: 27,34 g; W: 404,00 g; W tlm cukry: 70,37 g; Bł.: 38,46 g; Soli: 8,89 g.</p>	<p>E: 2422,15 kcal; B: 117,15 g; T: 65,23 g; Kw. tł. nasy.: 21,73 g; W: 351,38 g; W tlm cukry: 89,70 g; Bł.: 27,10 g; Soli: 7,20 g.</p>	<p>E: 2473,20 kcal; B: 109,62 g; T: 70,08 g; Kw. tł. nasy.: 21,14 g; W: 360,73 g; W tlm cukry: 87,71 g; Bł.: 27,22 g; Soli: 7,81 g.</p>	<p>E: 2136,54 kcal; B: 41,25 g; T: 51,21 g; Kw. tł. nasy.: 9,02 g; W: 378,12 g; W tlm cukry: 60,44 g; Bł.: 22,59 g; Soli: 5,87 g.</p>	<p>E: 2191,94 kcal; B: 89,42 g; T: 61,40 g; Kw. tł. nasy.: 15,07 g; W: 333,27 g; W tlm cukry: 32,30 g; Bł.: 31,77 g; Soli: 7,95 g.</p>	<p>E: 2250,88 kcal; B: 80,88 g; T: 67,02 g; Kw. tł. nasy.: 15,01 g; W: 344,45 g; W tlm cukry: 31,74 g; Bł.: 31,93 g; Soli: 8,06 g.</p>

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pawkowata/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
<p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Bułka pszczenna długa krojona 32 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki 40 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Bułka pszczenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 50 g (<u>MLE</u>)            Połowiczka Sopotka wieprzowa wędzona parzona z dodatkamiem wody: 25 g (<u>SOL</u> <u>MLE</u>)            Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g            Mius z jabłek ( ) b/c 150 g            Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki ( ) 80 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u>)            Chleb bezglutenowy 100 g            Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 15 g            Połowiczka Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (<u>SOL</u>)            Słupki z marchewki 80 g</p>	<p>Sałata zielona 20 g            Jablko 1 szt. 1 szt.            Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)            Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g            Sałata zielona 20 g            Jablko 1 szt. 1 szt.            Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u> <u>GLU</u> <u>JECZ</u>)</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g            Sałata zielona 20 g            Jablko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g            Sałata zielona 20 g            Jablko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>)            Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)            Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>)            Słupki z marchewki gotowanej ( ) 80 g            Sałata zielona 20 g            Jablko 1 szt. 1 szt.</p>
Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )								
<p>Chaika 40 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Klopsik wieprzowy 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>)            Ryz na sypko 90 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 50 g            Fasolka szparagowa z olejem* 50 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Ryz na sypko 150 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Pierogi ze szpinakiem 300 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)            Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 100 g (<u>MLE</u>)            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) ( ) 400 ml (<u>SEL</u>)            Schab pieczony w rakawie 90 g            Sos własny (bez glutenu) 50 ml            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Schab pieczony w rakawie 90 g            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>)            Ryz na sypko 150 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Ryz na sypko 150 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Schab pieczony w rakawie 90 g            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SEL</u>)            Ryz na sypko 150 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u> <u>SEL</u>)            Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>JAJ</u>)            Ryz na sypko 150 g            Bukiet warzyw            gotowanych królewski z olejem* 100 g            Fasolka szparagowa z olejem* 100 g            Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
PD	<p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>							

2024-01-11 czwartek

2024-01-11 czwartek	
PN	
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (<b>SEL</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<b>GLU</b> <b>PSZ</b> <b>GLU</b> <b>ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Ser żółty 25 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa () 100 g (<b>JAU</b> <b>MLE</b> <b>SEL</b> <b>GOR</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Chleb bezglutenowy 100 g</p> <p>Margaryna roślinna bez miodu o zaw. 80% tł 15 g</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b> <b>PSZ</b> <b>GLU</b> <b>ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b> <b>SEL</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b> <b>PSZ</b> <b>GLU</b> <b>ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b> <b>SEL</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<b>GLU</b> <b>PSZ</b> <b>GLU</b> <b>ZYT</b>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<b>MLE</b> <b>SEL</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>E: 1514,79 kcal; B: 59,77 g; T: 38,10 g; Kw: 100,88 g; tł. nasy.: 12,25 g; W: 236,63 g; W tym cukry: 88,18 g; Bł.: 15,91 g; Sol: 3,62 g;</p>	<p>E: 2332,04 kcal; B: 100,88 g; T: 65,14 g; Kw: 100,88 g; tł. nasy.: 22,03 g; W: 345,14 g; W tym cukry: 74,24 g; Bł.: 27,60 g; Sol: 6,26 g;</p>
<p>E: 2327,35 kcal; B: 100,26 g; T: 64,86 g; Kw: 100,26 g; tł. nasy.: 21,98 g; W: 345,17 g; W tym cukry: 74,80 g; Bł.: 28,51 g; Sol: 5,88 g;</p>	<p>E: 2679,28 kcal; B: 100,43 g; T: 71,93 g; Kw: 100,43 g; tł. nasy.: 23,78 g; W: 413,55 g; W tym cukry: 91,38 g; Bł.: 37,87 g; Sol: 9,52 g;</p>
<p>E: 2031,03 kcal; B: 69,13 g; T: 61,42 g; Kw: 116,94 g; tł. nasy.: 11,75 g; W: 306,79 g; W tym cukry: 54,90 g; Bł.: 26,26 g; Sol: 4,95 g;</p>	<p>E: 2542,84 kcal; B: 116,94 g; T: 61,20 g; Kw: 116,94 g; tł. nasy.: 19,57 g; W: 392,68 g; W tym cukry: 88,23 g; Bł.: 30,60 g; Sol: 8,25 g;</p>
<p>E: 2630,57 kcal; B: 113,46 g; T: 67,54 g; Kw: 113,46 g; tł. nasy.: 19,86 g; W: 403,86 g; W tym cukry: 87,97 g; Bł.: 30,77 g; Sol: 8,36 g;</p>	<p>E: 2542,84 kcal; B: 116,94 g; T: 61,20 g; Kw: 116,94 g; tł. nasy.: 19,57 g; W: 392,68 g; W tym cukry: 88,23 g; Bł.: 30,60 g; Sol: 8,25 g;</p>
<p>E: 2630,57 kcal; B: 113,46 g; T: 67,54 g; Kw: 113,46 g; tł. nasy.: 19,86 g; W: 403,86 g; W tym cukry: 87,97 g; Bł.: 30,77 g; Sol: 8,36 g;</p>	<p>E: 2630,57 kcal; B: 113,46 g; T: 67,54 g; Kw: 113,46 g; tł. nasy.: 19,86 g; W: 403,86 g; W tym cukry: 87,97 g; Bł.: 30,77 g; Sol: 8,36 g;</p>

Sok z buraków częściowo z zagęszczonych soków 0,33l - produkt pasteryzowany 1 szt

<nazwa jednostki>  
<ulica>, <kod>

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,  
T - Tłuszcz,  
W - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Bł. - Błonnik pokarmowy,  
Ener. z B - % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
Ener. z W - % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WM - WM,

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
ul. Traktorowa-126 JPK. 301, 91-204 Łódź  
NIP 677238598 REGON 363712430  
KRS 0000031008

