

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Latwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Latwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjne 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	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Szynka królewiecka-kielbasa wędzrowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>
Śniadanie									
<p>Wskazniki odżywcze: E: 1010,19 kcal; B: 40,48 g; T: 33,84 g; Kw: 14,12 g; W: 139,77 g; W: Wym cukry: 45,55 g; Bł: 8,90 g; Sól: 4,20 g; WW: 13,19 Por; Ener: z B: 7,25 %; Ener: z T: 23,43 %; Ener: z Bł: 13,63 %; Ener: z Bł: 0,80 %; K: 1326,93 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 957,83 kcal; B: 37,29 g; T: 33,58 g; Kw: 14,06 g; W: 129,79 g; W: Wym cukry: 44,39 g; Bł: 8,24 g; Sól: 3,88 g; WW: 12,25 Por; Ener: z B: 6,90 %; Ener: z T: 22,49 %; Ener: z Bł: 13,98 %; Ener: z Bł: 0,76 %; K: 1169,17 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 718,19 kcal; B: 28,55 g; T: 27,76 g; Kw: 10,58 g; W: 91,63 g; W: Wym cukry: 21,14 g; Bł: 6,44 g; Sól: 2,74 g; WW: 8,59 Por; Ener: z B: 5,63 %; Ener: z T: 16,80 %; Ener: z Bł: 12,31 %; Ener: z Bł: 0,64 %; K: 851,55 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 718,19 kcal; B: 28,55 g; T: 27,76 g; Kw: 10,58 g; W: 91,63 g; W: Wym cukry: 21,14 g; Bł: 6,44 g; Sól: 2,74 g; WW: 8,59 Por; Ener: z B: 5,76 %; Ener: z T: 17,20 %; Ener: z Bł: 12,61 %; Ener: z Bł: 0,65 %; K: 851,55 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw: 11,95 g; W: 119,59 g; W: Wym cukry: 45,30 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por; Ener: z B: 6,42 %; Ener: z T: 19,02 %; Ener: z Bł: 12,66 %; Ener: z Bł: 0,54 %; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw: 11,95 g; W: 119,59 g; W: Wym cukry: 45,30 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por; Ener: z B: 6,55 %; Ener: z T: 19,41 %; Ener: z Bł: 12,92 %; Ener: z Bł: 0,55 %; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw: 11,95 g; W: 119,59 g; W: Wym cukry: 45,30 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por; Ener: z B: 6,59 %; Ener: z T: 19,54 %; Ener: z Bł: 13,00 %; Ener: z Bł: 0,56 %; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw: 11,95 g; W: 119,59 g; W: Wym cukry: 45,30 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por; Ener: z B: 6,74 %; Ener: z T: 19,97 %; Ener: z Bł: 13,29 %; Ener: z Bł: 0,57 %; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 849,73 kcal; B: 38,08 g; T: 29,47 g; Kw: 11,17 g; W: 119,48 g; W: Wym cukry: 45,20 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,05 g; WW: 11,41 Por; Ener: z B: 7,62 %; Ener: z T: 22,63 %; Ener: z Bł: 11,47 %; Ener: z Bł: 0,64 %; K: 1252,79 mg;</p>	<p>Wskazniki odżywcze: E: 849,73 kcal; B: 38,08 g; T: 29,47 g; Kw: 11,17 g; W: 119,48 g; W: Wym cukry: 45,20 g; Bł: 6,44 g; Sól: 3,05 g; WW: 11,41 Por; Ener: z B: 7,81 %; Ener: z T: 23,19 %; Ener: z Bł: 11,75 %; Ener: z Bł: 0,66 %; K: 1252,79 mg;</p>
<p>Yogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 90,00 kcal; B: 6,30 g; T: 3,00 g; Kw: 1,79 g; W: 9,30 g; W: Wym cukry: 6,30 g; Bł: 0,00 g; Sól: 0,24 g; WW: 0,90 Por; Ener: z B: 1,24 %; Ener: z W: 1,83 %; Ener: z T: 1,33 %; Ener: z Bł: 0,00 %; K: 300,00 mg;</p>									
<p>Yogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 90,00 kcal; B: 6,30 g; T: 3,00 g; Kw: 1,79 g; W: 9,30 g; W: Wym cukry: 6,30 g; Bł: 0,00 g; Sól: 0,24 g; WW: 0,90 Por; Ener: z B: 1,24 %; Ener: z W: 1,88 %; Ener: z T: 1,36 %; Ener: z Bł: 0,00 %; K: 300,00 mg;</p>									
<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 40g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 194,56 kcal; B: 6,35 g; T: 8,32 g; Kw: 4,98 g; W: 23,96 g; W: Wym cukry: 0,53 g; Bł: 0,72 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,34 Por; Ener: z B: 1,09 %; Ener: z W: 3,99 %; Ener: z T: 3,21 %; Ener: z Bł: 0,06 %; K: 45,55 mg;</p>									
<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 40g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 194,56 kcal; B: 6,35 g; T: 8,32 g; Kw: 4,98 g; W: 23,96 g; W: Wym cukry: 0,53 g; Bł: 0,72 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,34 Por; Ener: z B: 1,10 %; Ener: z W: 4,01 %; Ener: z T: 3,23 %; Ener: z Bł: 0,06 %; K: 45,55 mg;</p>									
<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 40g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 194,56 kcal; B: 6,35 g; T: 8,32 g; Kw: 4,98 g; W: 23,96 g; W: Wym cukry: 0,53 g; Bł: 0,72 g; Sól: 0,49 g; WW: 2,34 Por; Ener: z B: 1,12 %; Ener: z W: 4,10 %; Ener: z T: 3,30 %; Ener: z Bł: 0,06 %; K: 45,55 mg;</p>									

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.

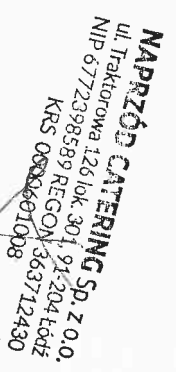
ul. Trajki 12A lok. 301, 91-204 Łódź
NIP: 530-0001008 Krs REGON 363712389
Data 1 z 10

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- V Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercacyjna Zestaw I	OM- VI Poopercacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz.so ku zolad. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz.so ku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Ogorkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAU,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAU,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAU,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAU,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń ryżyska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAU,) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Wskaźniki odżywcze: E: 837,99 kcal; B: 33,43 g; T: 18,58 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 1,41 g; Wym. cukry: 26,91 g; Bł.: 14,76 g; Soli: 2,39 g; WW: 12,62 Por. Ener. z B: 5,99%; Ener. z T: 7,49%; Ener. z Bł.: 1,32%; K: 2001,41 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; Wym. cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Soli: 1,67 g; WW: 11,13 Por. Ener. z B: 8,28%; Ener. z W: 20,65%; Ener. z T: 7,75%; Ener. z Bł.: 1,36%; K: 2331,71 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; Wym. cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Soli: 1,87 g; WW: 13,24 Por. Ener. z B: 6,76%; Ener. z W: 26,13%; Ener. z T: 8,32%; Ener. z Bł.: 1,63%; K: 2209,78 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; Wym. cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Soli: 1,67 g; WW: 11,13 Por. Ener. z B: 9,03%; Ener. z W: 22,54%; Ener. z T: 8,46%; Ener. z Bł.: 1,49%; K: 2331,71 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; Wym. cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Soli: 1,87 g; WW: 13,24 Por. Ener. z B: 5,77%; Ener. z W: 22,28%; Ener. z T: 7,09%; Ener. z Bł.: 1,39%; K: 2209,78 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; Wym. cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Soli: 1,67 g; WW: 11,13 Por. Ener. z B: 7,67%; Ener. z W: 19,15%; Ener. z T: 7,18%; Ener. z Bł.: 1,26%; K: 2331,71 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 805,51 kcal; B: 35,06 g; T: 11,12 g; Kw. tł. nasy.: 2,32 g; W: 149,34 g; Wym. cukry: 33,84 g; Bł.: 16,80 g; Soli: 1,90 g; WW: 13,23 Por. Ener. z B: 6,05%; Ener. z W: 22,89%; Ener. z T: 4,32%; Ener. z Bł.: 1,45%; K: 2392,50 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 757,56 kcal; B: 45,49 g; T: 10,98 g; Kw. tł. nasy.: 3,47 g; W: 126,60 g; Wym. cukry: 31,79 g; Bł.: 14,98 g; Soli: 1,71 g; WW: 11,12 Por. Ener. z B: 8,03%; Ener. z W: 19,70%; Ener. z T: 4,36%; Ener. z Bł.: 1,32%; K: 2514,43 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; Wym. cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Soli: 1,87 g; WW: 13,24 Por. Ener. z B: 6,87%; Ener. z W: 26,53%; Ener. z T: 8,45%; Ener. z Bł.: 1,66%; K: 2209,78 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; Wym. cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Soli: 1,67 g; WW: 11,13 Por. Ener. z B: 9,17%; Ener. z W: 22,89%; Ener. z T: 8,59%; Ener. z Bł.: 1,51%; K: 2331,71 mg.
2023-10-14 sobota									
Obiad									
PD									

<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p>	<p>OM- III b Dożywienia przez sondę</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p>	<p>OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p>	<p>OM- VI Poopracyjna Zestaw I</p>	<p>OM- VI Poopracyjna Zestaw II</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zolad. Zestaw I</p>	<p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku zolad. Zestaw II</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>	<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p>
<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Herbata czarna Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 385,96 kcal; B: 15,34 g; T: 10,98 g; Kw. tł. nasy.: 4,05 g; W: 58,54 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Soli: 2,87 g; WW: 5,47; Por. Ener. z B: 2,75 %; Ener. z T: 4,42 %; Ener. z Bł.: 0,38 %; K: 246,59 mg;</p>	<p>Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynka z pierśiá Indyjczyk- wędlna wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý drożdżobiona, parzona, w ostionce niejadanej 50 g (SOL, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 381,00 kcal; B: 12,57 g; T: 10,85 g; Kw. tł. nasy.: 3,66 g; W: 60,32 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Soli: 2,69 g; WW: 5,63; Por. Ener. z B: 2,33 %; Ener. z T: 4,52 %; Ener. z Bł.: 0,39 %; K: 246,59 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 349,96 kcal; B: 16,25 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,96 g; W: 48,34 g; W tym cukry: 3,45 g; Bł.: 2,41 g; Soli: 2,05 g; WW: 4,64; Por. Ener. z B: 3,20 %; Ener. z W: 9,06 %; Ener. z T: 4,82 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 331,71 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 349,96 kcal; B: 16,25 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,96 g; W: 48,34 g; W tym cukry: 3,45 g; Bł.: 2,41 g; Soli: 2,05 g; WW: 4,64; Por. Ener. z B: 3,28 %; Ener. z W: 9,28 %; Ener. z T: 4,94 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 331,71 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Marchew oproszana z olejem () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 392,43 kcal; B: 16,62 g; T: 13,31 g; Kw. tł. nasy.: 4,12 g; W: 54,21 g; W tym cukry: 5,42 g; Bł.: 4,59 g; Soli: 2,29 g; WW: 4,99; Por. Ener. z B: 2,79 %; Ener. z W: 8,34 %; Ener. z T: 5,03 %; Ener. z Bł.: 0,39 %; K: 337,58 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Marchew oproszana z olejem () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 392,43 kcal; B: 16,62 g; T: 13,31 g; Kw. tł. nasy.: 4,12 g; W: 54,21 g; W tym cukry: 5,42 g; Bł.: 4,59 g; Soli: 2,29 g; WW: 4,99; Por. Ener. z B: 2,85 %; Ener. z W: 8,51 %; Ener. z T: 5,14 %; Ener. z Bł.: 0,39 %; K: 337,58 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Seber z pietuszká, gotowany z olejem () 80 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 394,78 kcal; B: 17,81 g; T: 12,73 g; Kw. tł. nasy.: 4,08 g; W: 55,50 g; W tym cukry: 5,09 g; Bł.: 6,05 g; Soli: 2,26 g; WW: 4,98; Por. Ener. z B: 3,08 %; Ener. z W: 8,54 %; Ener. z T: 4,95 %; Ener. z Bł.: 0,52 %; K: 451,31 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 392,43 kcal; B: 16,62 g; T: 13,31 g; Kw. tł. nasy.: 4,12 g; W: 54,21 g; W tym cukry: 5,42 g; Bł.: 4,59 g; Soli: 2,29 g; WW: 4,99; Por. Ener. z B: 2,93 %; Ener. z W: 8,76 %; Ener. z T: 5,29 %; Ener. z Bł.: 0,41 %; K: 337,58 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 277,86 kcal; B: 16,14 g; T: 2,87 g; Kw. tł. nasy.: 1,16 g; W: 48,23 g; W tym cukry: 3,35 g; Bł.: 2,41 g; Soli: 2,03 g; WW: 4,63; Por. Ener. z B: 3,23 %; Ener. z W: 9,17 %; Ener. z T: 1,29 %; Ener. z Bł.: 0,24 %; K: 330,21 mg;</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Polewica wiśniowa wędzónka wieprzowa z dodatkíwm wodý wędzónka parzona 50 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Wskazániki odżywcze: E: 277,86 kcal; B: 16,14 g; T: 2,87 g; Kw. tł. nasy.: 1,16 g; W: 48,23 g; W tym cukry: 3,35 g; Bł.: 2,41 g; Soli: 2,03 g; WW: 4,63; Por. Ener. z B: 3,31 %; Ener. z W: 9,40 %; Ener. z T: 1,33 %; Ener. z Bł.: 0,25 %; K: 330,21 mg;</p>
<p>Kolacja</p>									
<p>PN</p>									
<p>E: 2234,14 kcal; B: 89,26 g; T: 63,40 g; Kw. tł. nasy.: 21,10 g; W: 339,55 g; W tym cukry: 75,00 g; Bł.: 27,87 g; Soli: 9,45 g; WW: 31,28; Por. Ener. z B: 15,98 %; Ener. z W: 55,80 %; Ener. z T: 25,54 %; Ener. z Bł.: 2,50 %; K: 3574,93 mg;</p>	<p>E: 2161,35 kcal; B: 94,58 g; T: 63,03 g; Kw. tł. nasy.: 21,86 g; W: 316,42 g; W tym cukry: 74,35 g; Bł.: 27,17 g; Soli: 8,24 g; WW: 29,01; Por. Ener. z B: 17,50 %; Ener. z W: 53,53 %; Ener. z T: 26,25 %; Ener. z Bł.: 2,51 %; K: 3747,47 mg;</p>	<p>E: 2028,61 kcal; B: 85,39 g; T: 60,38 g; Kw. tł. nasy.: 19,32 g; W: 298,32 g; W tym cukry: 60,35 g; Bł.: 25,39 g; Soli: 6,90 g; WW: 27,36; Por. Ener. z B: 16,84 %; Ener. z W: 53,82 %; Ener. z T: 26,79 %; Ener. z Bł.: 2,50 %; K: 3693,04 mg;</p>	<p>E: 1980,67 kcal; B: 95,82 g; T: 60,24 g; Kw. tł. nasy.: 20,47 g; W: 275,58 g; W tym cukry: 58,30 g; Bł.: 23,57 g; Soli: 6,70 g; WW: 25,25; Por. Ener. z B: 19,35 %; Ener. z W: 50,89 %; Ener. z T: 27,37 %; Ener. z Bł.: 2,38 %; K: 3814,97 mg;</p>	<p>E: 2379,28 kcal; B: 95,46 g; T: 73,85 g; Kw. tł. nasy.: 26,06 g; W: 346,81 g; W tym cukry: 80,72 g; Bł.: 28,30 g; Soli: 7,72 g; WW: 31,99; Por. Ener. z B: 16,05 %; Ener. z W: 53,55 %; Ener. z T: 27,93 %; Ener. z Bł.: 2,38 %; K: 3847,20 mg;</p>	<p>E: 2331,33 kcal; B: 105,88 g; T: 73,71 g; Kw. tł. nasy.: 27,21 g; W: 324,07 g; W tym cukry: 78,68 g; Bł.: 26,48 g; Soli: 7,52 g; WW: 29,88; Por. Ener. z B: 18,17 %; Ener. z W: 51,06 %; Ener. z T: 28,45 %; Ener. z Bł.: 2,27 %; K: 3969,13 mg;</p>	<p>E: 2316,68 kcal; B: 97,41 g; T: 65,64 g; Kw. tł. nasy.: 25,35 g; W: 348,40 g; W tym cukry: 84,76 g; Bł.: 30,00 g; Soli: 7,72 g; WW: 31,97; Por. Ener. z B: 16,82 %; Ener. z W: 54,97 %; Ener. z T: 28,50 %; Ener. z Bł.: 2,59 %; K: 4143,65 mg;</p>	<p>E: 2266,38 kcal; B: 106,65 g; T: 66,08 g; Kw. tł. nasy.: 26,55 g; W: 324,36 g; W tym cukry: 83,05 g; Bł.: 26,73 g; Soli: 7,56 g; WW: 29,87; Por. Ener. z B: 18,82 %; Ener. z W: 52,53 %; Ener. z T: 26,24 %; Ener. z Bł.: 2,36 %; K: 4151,84 mg;</p>	<p>E: 1998,05 kcal; B: 88,52 g; T: 47,09 g; Kw. tł. nasy.: 15,32 g; W: 316,76 g; W tym cukry: 78,02 g; Bł.: 25,39 g; Soli: 6,95 g; WW: 29,28; Por. Ener. z B: 17,72 %; Ener. z W: 58,33 %; Ener. z T: 21,21 %; Ener. z Bł.: 2,54 %; K: 3792,78 mg;</p>	<p>E: 1950,11 kcal; B: 98,95 g; T: 46,95 g; Kw. tł. nasy.: 16,48 g; W: 294,02 g; W tym cukry: 75,97 g; Bł.: 23,57 g; Soli: 6,75 g; WW: 27,17; Por. Ener. z B: 20,30 %; Ener. z W: 55,47 %; Ener. z T: 21,67 %; Ener. z Bł.: 2,42 %; K: 3914,71 mg;</p>

OM- IX Latwo strawna zestaw II	OM- IX Latwo strawna zestaw I	OM- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI	OM- XII Bogatobłakowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobłakowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobłakowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>olejem * 80 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 957,83 kcal; B: 37,29 g; T: 33,58 g; Kw. tł. nasy.: 14,06 g; W: 129,79 g; W tym cukry: 44,39 g; Bł.: 8,24 g; Sól: 3,88 g; WW: 12,25 Por. Ener. z B: 6,58%; Ener. z T: 21,45%; Ener. z BI: 13,33%; Ener. z BI: 0,73%; K: 1169,17 mg;</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>olejem * 80 g</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 957,83 kcal; B: 37,29 g; T: 33,58 g; Kw. tł. nasy.: 14,06 g; W: 129,79 g; W tym cukry: 44,39 g; Bł.: 8,24 g; Sól: 3,88 g; WW: 12,25 Por. Ener. z B: 6,77%; Ener. z T: 22,07%; Ener. z BI: 13,72%; Ener. z BI: 0,75%; K: 1169,17 mg;</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 809,61 kcal; B: 31,80 g; T: 29,42 g; Kw. tł. nasy.: 10,85 g; W: 108,23 g; W tym cukry: 19,92 g; Bł.: 7,93 g; Sól: 3,38 g; WW: 10,10 Por. Ener. z B: 5,37%; Ener. z T: 16,93%; Ener. z BI: 11,17%; Ener. z BI: 0,67%; K: 930,01 mg;</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 809,61 kcal; B: 31,80 g; T: 29,42 g; Kw. tł. nasy.: 10,85 g; W: 108,23 g; W tym cukry: 19,92 g; Bł.: 7,93 g; Sól: 3,38 g; WW: 10,10 Por. Ener. z B: 5,40%; Ener. z T: 17,04%; Ener. z BI: 11,24%; Ener. z BI: 0,67%; K: 930,01 mg;</p>	<p>Platki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 25 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 762,19 kcal; B: 27,40 g; T: 25,28 g; Kw. tł. nasy.: 10,35 g; W: 108,88 g; W tym cukry: 35,19 g; Bł.: 6,70 g; Sól: 4,50 g; WW: 10,31 Por. Ener. z B: 5,56%; Ener. z T: 20,74%; Ener. z BI: 11,54%; Ener. z BI: 0,68%; K: 878,97 mg;</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw. tł. nasy.: 13,97 g; W: 119,59 g; W tym cukry: 45,30 g; Bł.: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por. Ener. z B: 5,49%; Ener. z T: 16,25%; Ener. z BI: 10,81%; Ener. z BI: 0,46%; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 921,83 kcal; B: 38,19 g; T: 33,47 g; Kw. tł. nasy.: 13,97 g; W: 119,59 g; W tym cukry: 45,30 g; Bł.: 6,44 g; Sól: 3,07 g; WW: 11,42 Por. Ener. z B: 5,58%; Ener. z T: 16,53%; Ener. z BI: 11,00%; Ener. z BI: 0,47%; K: 1254,29 mg;</p>	<p>Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>GLU</u> ZYT, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 25 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 903,77 kcal; B: 34,37 g; T: 29,07 g; Kw. tł. nasy.: 12,47 g; W: 129,47 g; W tym cukry: 44,23 g; Bł.: 8,24 g; Sól: 3,35 g; WW: 12,23 Por. Ener. z B: 6,81%; Ener. z T: 24,01%; Ener. z BI: 12,96%; Ener. z BI: 0,82%; K: 1169,17 mg;</p>	<p>Platki pszenne na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 10 g</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 556,89 kcal; B: 17,81 g; T: 21,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,12 g; W: 77,30 g; W tym cukry: 5,77 g; Bł.: 7,38 g; Sól: 2,42 g; WW: 7,02 Por. Ener. z B: 3,91%; Ener. z T: 15,36%; Ener. z BI: 10,47%; Ener. z BI: 0,81%; K: 449,65 mg;</p>	<p>Platki pszenne na wwarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU</u> PSZ, <u>SEL</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>MLE</u>)</p> <p>Margaryna roślinna bez mlecza o zaw. 80% tł 10 g</p> <p>Szynka królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadłanej 50 g (<u>GLU</u> PSZ, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>GLU</u> OW, <u>GLU</u> ZYT, <u>GLU</u> JECZ.)</p> <p>Fasolka szparagowa z olejem * 80 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Wskazniki odżywcze: E: 556,89 kcal; B: 17,81 g; T: 21,17 g; Kw. tł. nasy.: 6,12 g; W: 77,30 g; W tym cukry: 5,77 g; Bł.: 7,38 g; Sól: 2,42 g; WW: 7,02 Por. Ener. z B: 4,16%; Ener. z T: 16,33%; Ener. z BI: 11,13%; Ener. z BI: 0,86%; K: 449,65 mg;</p>
2023-10-14 sobota									
NS									

OM- IX Łatwo strawna	OM- IX Łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Pieczeń zrymska drobiowa 90 g (GLU PSZ JAL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Ogórkowa () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Pieczeń zrymska drobiowa 90 g (GLU PSZ JAL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane () b/c 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Pieczeń zrymska drobiowa 90 g (GLU PSZ JAL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ MLE SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 50 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL.) Pieczeń zrymska drobiowa 90 g (GLU PSZ JAL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ SEL.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ SEL.) Kasza jęczmienna/sypek 170 g (GLU JECZ.) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 300 ml
2023-10-14 sobota									
Obiad									
Wskazniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; W tym cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Sól: 1,87 g; WW: 13,24 Por; Ener. z B: 6,05 %; Ener. z T: 7,45 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2209,78 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 805,77 kcal; B: 44,05 g; T: 18,58 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 122,75 g; W tym cukry: 24,84 g; Bł.: 13,90 g; Sól: 1,63 g; WW: 10,87 Por; Ener. z B: 8,00 %; Ener. z T: 7,59 %; Ener. z Bł.: 1,26 %; K: 2201,21 mg;								
Wskazniki odżywcze: E: 722,16 kcal; B: 34,20 g; T: 10,95 g; Kw. tł. nasy.: 2,27 g; W: 128,81 g; W tym cukry: 18,56 g; Bł.: 15,02 g; Sól: 2,42 g; WW: 11,33 Por; Ener. z B: 5,77 %; Ener. z T: 4,16 %; Ener. z Bł.: 1,27 %; K: 2183,87 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 706,69 kcal; B: 45,49 g; T: 10,99 g; Kw. tł. nasy.: 3,47 g; W: 113,88 g; W tym cukry: 19,07 g; Bł.: 14,98 g; Sól: 1,71 g; WW: 9,84 Por; Ener. z B: 7,73 %; Ener. z T: 4,20 %; Ener. z Bł.: 1,27 %; K: 2514,17 mg;								
Wskazniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,67 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 9,08 %; Ener. z T: 8,50 %; Ener. z Bł.: 1,49 %; K: 2331,71 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,67 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 9,08 %; Ener. z T: 8,50 %; Ener. z Bł.: 1,49 %; K: 2331,71 mg;								
Wskazniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; W tym cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Sól: 1,87 g; WW: 13,24 Por; Ener. z B: 6,05 %; Ener. z T: 7,45 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2209,78 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 870,46 kcal; B: 34,29 g; T: 18,75 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 149,05 g; W tym cukry: 29,47 g; Bł.: 16,54 g; Sól: 1,87 g; WW: 13,24 Por; Ener. z B: 6,05 %; Ener. z T: 7,45 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2209,78 mc.								
Wskazniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,67 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 9,08 %; Ener. z T: 8,50 %; Ener. z Bł.: 1,49 %; K: 2331,71 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 822,52 kcal; B: 44,72 g; T: 18,61 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,67 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 9,08 %; Ener. z T: 8,50 %; Ener. z Bł.: 1,49 %; K: 2331,71 mg;								
Wskazniki odżywcze: E: 251,75 kcal; B: 8,33 g; T: 5,03 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 43,20 g; W tym cukry: 31,25 g; Bł.: 0,05 g; Sól: 0,28 g; WW: 4,33 Por; Ener. z B: 1,20 %; Ener. z T: 1,63 %; Ener. z Bł.: 0,00 %; K: 354,92 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 251,75 kcal; B: 8,33 g; T: 5,03 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 43,20 g; W tym cukry: 31,25 g; Bł.: 0,05 g; Sól: 0,28 g; WW: 4,33 Por; Ener. z B: 1,22 %; Ener. z T: 1,65 %; Ener. z Bł.: 0,00 %; K: 354,92 mc.								
Budyń o smaku waniliowym zlc 250 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym zlc 250 ml (MLE.)								
Wskazniki odżywcze: E: 251,75 kcal; B: 8,33 g; T: 5,03 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 43,20 g; W tym cukry: 31,25 g; Bł.: 0,05 g; Sól: 0,28 g; WW: 4,33 Por; Ener. z B: 1,22 %; Ener. z T: 1,65 %; Ener. z Bł.: 0,00 %; K: 354,92 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 251,75 kcal; B: 8,33 g; T: 5,03 g; Kw. tł. nasy.: 2,98 g; W: 43,20 g; W tym cukry: 31,25 g; Bł.: 0,05 g; Sól: 0,28 g; WW: 4,33 Por; Ener. z B: 1,22 %; Ener. z T: 1,65 %; Ener. z Bł.: 0,00 %; K: 354,92 mc.								
Wskazniki odżywcze: E: 729,72 kcal; B: 29,21 g; T: 15,20 g; Kw. tł. nasy.: 2,67 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,52 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 5,78 %; Ener. z T: 6,77 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2048,96 mg;	Wskazniki odżywcze: E: 729,72 kcal; B: 29,21 g; T: 15,20 g; Kw. tł. nasy.: 2,67 g; W: 126,31 g; W tym cukry: 27,42 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,52 g; WW: 11,13 Por; Ener. z B: 5,78 %; Ener. z T: 6,77 %; Ener. z Bł.: 1,46 %; K: 2048,96 mg;								
Wskazniki odżywcze: E: 913,75 kcal; B: 35,48 g; T: 17,92 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 164,03 g; W tym cukry: 38,11 g; Bł.: 23,12 g; Sól: 2,23 g; WW: 14,07 Por; Ener. z B: 7,80 %; Ener. z T: 8,86 %; Ener. z Bł.: 2,54 %; K: 2710,89 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 913,75 kcal; B: 35,48 g; T: 17,92 g; Kw. tł. nasy.: 2,93 g; W: 164,03 g; W tym cukry: 38,11 g; Bł.: 23,12 g; Sól: 2,23 g; WW: 14,07 Por; Ener. z B: 7,80 %; Ener. z T: 8,86 %; Ener. z Bł.: 2,54 %; K: 2710,89 mc.								
Wskazniki odżywcze: E: 805,52 kcal; B: 44,08 g; T: 17,41 g; Kw. tł. nasy.: 4,02 g; W: 125,40 g; W tym cukry: 26,93 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,65 g; WW: 11,04 Por; Ener. z B: 10,30 %; Ener. z T: 9,15 %; Ener. z Bł.: 1,72 %; K: 2317,61 mc.	Wskazniki odżywcze: E: 805,52 kcal; B: 44,08 g; T: 17,41 g; Kw. tł. nasy.: 4,02 g; W: 125,40 g; W tym cukry: 26,93 g; Bł.: 14,72 g; Sól: 1,65 g; WW: 11,04 Por; Ener. z B: 10,30 %; Ener. z T: 9,15 %; Ener. z Bł.: 1,72 %; K: 2317,61 mc.								
PD									



OM- IX Latwo strawna	OM- IX Latwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. latwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XIV Eliminacyjna Zestaw I	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II
Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polewica wisniowa Wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą Wędzona parzona 50 g (GLU,PSZ,SOL.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł
Wskaźniki odżywcze: E: 438,32 kcal; B: 18,54 g; T: 11,24 g; Kw. tł. nasy.: 4,11 g; W: 68,52 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,19 g; WW: 6,42 Por. Ener. z B: 3,27%; Ener. z W: 11,23%; Ener. z T: 4,46%; Ener. z Bł.: 0,43%; K: 404,35 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 438,32 kcal; B: 18,54 g; T: 11,24 g; Kw. tł. nasy.: 4,11 g; W: 68,52 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,19 g; WW: 6,42 Por. Ener. z B: 3,37%; Ener. z W: 11,56%; Ener. z T: 4,39%; Ener. z Bł.: 0,44%; K: 404,35 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 438,32 kcal; B: 18,54 g; T: 11,24 g; Kw. tł. nasy.: 4,11 g; W: 68,52 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,19 g; WW: 6,42 Por. Ener. z B: 3,13%; Ener. z W: 10,74%; Ener. z T: 4,27%; Ener. z Bł.: 0,41%; K: 404,35 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 438,32 kcal; B: 18,54 g; T: 11,24 g; Kw. tł. nasy.: 4,11 g; W: 68,52 g; W tym cukry: 3,69 g; Bł.: 4,87 g; Sól: 3,19 g; WW: 6,42 Por. Ener. z B: 3,15%; Ener. z W: 10,81%; Ener. z T: 4,30%; Ener. z Bł.: 0,41%; K: 404,35 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 385,96 kcal; B: 15,34 g; T: 10,98 g; Kw. tł. nasy.: 4,05 g; W: 58,54 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Sól: 2,87 g; WW: 5,47 Por. Ener. z B: 3,11%; Ener. z W: 11,03%; Ener. z T: 5,02%; Ener. z Bł.: 0,43%; K: 246,59 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 349,98 kcal; B: 16,25 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,96 g; W: 48,34 g; W tym cukry: 3,45 g; Bł.: 2,41 g; Sól: 2,05 g; WW: 4,64 Por. Ener. z B: 2,33%; Ener. z W: 6,60%; Ener. z T: 3,51%; Ener. z Bł.: 0,17%; K: 331,71 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 349,98 kcal; B: 16,25 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,96 g; W: 48,34 g; W tym cukry: 3,45 g; Bł.: 2,41 g; Sól: 2,05 g; WW: 4,64 Por. Ener. z B: 2,37%; Ener. z W: 6,71%; Ener. z T: 3,58%; Ener. z Bł.: 0,18%; K: 331,71 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 385,96 kcal; B: 15,34 g; T: 10,98 g; Kw. tł. nasy.: 4,05 g; W: 58,54 g; W tym cukry: 2,53 g; Bł.: 4,21 g; Sól: 2,87 g; WW: 5,47 Por. Ener. z B: 3,04%; Ener. z W: 10,76%; Ener. z T: 4,89%; Ener. z Bł.: 0,42%; K: 246,59 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 349,86 kcal; B: 16,14 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,46 g; W: 48,23 g; W tym cukry: 3,35 g; Bł.: 2,41 g; Sól: 2,07 g; WW: 4,63 Por. Ener. z B: 3,55%; Ener. z W: 10,07%; Ener. z T: 5,38%; Ener. z Bł.: 0,25%; K: 330,21 mg.	Wskaźniki odżywcze: E: 349,86 kcal; B: 16,14 g; T: 10,87 g; Kw. tł. nasy.: 3,46 g; W: 48,23 g; W tym cukry: 3,35 g; Bł.: 2,41 g; Sól: 2,07 g; WW: 4,63 Por. Ener. z B: 3,77%; Ener. z W: 10,70%; Ener. z T: 5,72%; Ener. z Bł.: 0,28%; K: 330,21 mg.
PN									
E: 2266,61 kcal; B: 90,12 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 21,15 g; W: 347,36 g; W tym cukry: 77,56 g; Bł.: 29,65 g; Sól: 8,93 g; WW: 31,90 Por. Ener. z B: 15,90%; Ener. z W: 56,07%; Ener. z T: 25,24%; Ener. z Bł.: 2,62%; K: 3783,80 mg.	E: 2202,92 kcal; B: 99,87 g; T: 63,40 g; Kw. tł. nasy.: 22,30 g; W: 321,06 g; W tym cukry: 72,93 g; Bł.: 27,01 g; Sól: 8,69 g; WW: 29,54 Por. Ener. z B: 18,13%; Ener. z W: 53,39%; Ener. z T: 25,90%; Ener. z Bł.: 2,45%; K: 3774,73 mg.	E: 2269,91 kcal; B: 97,83 g; T: 65,11 g; Kw. tł. nasy.: 23,99 g; W: 363,71 g; W tym cukry: 43,69 g; Bł.: 31,29 g; Sól: 11,26 g; WW: 33,36 Por. Ener. z B: 16,51%; Ener. z W: 56,11%; Ener. z T: 24,73%; Ener. z Bł.: 2,64%; K: 3698,04 mg.	E: 2354,44 kcal; B: 109,11 g; T: 65,14 g; Kw. tł. nasy.: 25,19 g; W: 348,78 g; W tym cukry: 44,20 g; Bł.: 31,25 g; Sól: 10,55 g; WW: 31,87 Por. Ener. z B: 18,54%; Ener. z W: 53,95%; Ener. z T: 24,90%; Ener. z Bł.: 2,65%; K: 4028,34 mg.	E: 1970,67 kcal; B: 87,46 g; T: 54,87 g; Kw. tł. nasy.: 18,54 g; W: 293,73 g; W tym cukry: 65,15 g; Bł.: 25,62 g; Sól: 7,45 g; WW: 26,91 Por. Ener. z B: 17,75%; Ener. z W: 54,42%; Ener. z T: 25,06%; Ener. z Bł.: 2,60%; K: 3457,27 mg.	E: 2785,21 kcal; B: 110,58 g; T: 81,69 g; Kw. tł. nasy.: 30,61 g; W: 415,08 g; W tym cukry: 11,07 g; Bł.: 27,24 g; Sól: 8,80 g; WW: 38,98 Por. Ener. z B: 15,88%; Ener. z W: 55,70%; Ener. z T: 26,40%; Ener. z Bł.: 1,96%; K: 4295,30 mg.	E: 2737,27 kcal; B: 121,01 g; T: 81,54 g; Kw. tł. nasy.: 31,76 g; W: 392,34 g; W tym cukry: 109,02 g; Bł.: 25,42 g; Sól: 8,60 g; WW: 36,87 Por. Ener. z B: 17,68%; Ener. z W: 53,62%; Ener. z T: 26,81%; Ener. z Bł.: 1,96%; K: 4417,23 mg.	E: 2019,45 kcal; B: 78,92 g; T: 55,25 g; Kw. tł. nasy.: 19,18 g; W: 314,31 g; W tym cukry: 74,19 g; Bł.: 27,17 g; Sól: 7,73 g; WW: 28,83 Por. Ener. z B: 15,63%; Ener. z W: 56,88%; Ener. z T: 24,62%; Ener. z Bł.: 2,69%; K: 3464,72 mg.	E: 1820,50 kcal; B: 69,43 g; T: 49,96 g; Kw. tł. nasy.: 12,52 g; W: 289,56 g; W tym cukry: 47,23 g; Bł.: 32,90 g; Sól: 6,71 g; WW: 25,71 Por. Ener. z B: 15,26%; Ener. z W: 56,39%; Ener. z T: 24,70%; Ener. z Bł.: 3,61%; K: 3490,75 mg.	E: 1712,27 kcal; B: 78,03 g; T: 49,45 g; Kw. tł. nasy.: 13,60 g; W: 250,93 g; W tym cukry: 36,05 g; Bł.: 24,50 g; Sól: 6,14 g; WW: 22,68 Por. Ener. z B: 18,23%; Ener. z W: 52,89%; Ener. z T: 25,99%; Ener. z Bł.: 2,86%; K: 3097,47 mg.

OM- Dzieci 1-3 lat	Płatki uszane na mleku 200 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szyntka Królewiecka- kiebasa wieprzowo- drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLUTOW</u>) Salata zielona 10 g	2023 10-14 sobota
Śniadanie Wskazniki odżywcze: E: 416,58 kcal; B: 15,17 g; T: 13,97 g; Kw. tł. nasy.: 5,56 g; W: 58,75 g; W tym cukry: 18,50 g; Bt.: 2,64 g; Sól: 1,55 g; WW: 5,63 Por; Ener. z B: 4,01 %; Ener. z W: 14,85 %; Ener. z T: 8,32 %; Ener. z Bt.: 0,35 %; K: 365,34 mg;	Budyn o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Wskazniki odżywcze: E: 201,40 kcal; B: 6,67 g; T: 4,03 g; Kw. tł. nasy.: 2,39 g; W: 34,56 g; W tym cukry: 25,00 g; Bt.: 0,04 g; Sól: 0,23 g; WW: 3,47 Por; Ener. z B: 1,76 %; Ener. z W: 9,13 %; Ener. z T: 2,40 %; Ener. z Bt.: 0,01 %; K: 283,93 mg;	II ŚN

NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.
 ul. Trajkowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
 NIP: 6772390589 REGON: 141912044 KRS: 000041008
 863712490
 strona 7 z 10

OM- Dzień 1-3-lat

2023-10-14 sobota

Dyniowa z ziemniakami () 200 ml (GLU PSZ, MLE SEL, Kasza jęczmienna sypka 90 g (GLU JEJCZ, Pieczeń rzymska drobiowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Siatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Obiad
Wskaźniki odżywcze: E: 501,41 kcal; B: 19,10 g; T: 11,10 g; Kw. tł. nasy: 1,73 g; W: 85,25 g; W b.m cukry: 20,74 g; Bt.: 9,41 g; Sol: 1,03 g; WW: 7,56 Por; Ener: z B: 5,05 %; Ener: z W: 20,07 %; Ener: z T: 6,61 %; Ener: z Bt.: 1,25 %; K: 1227,72 mg;	
Banan 150 g	
Wskaźniki odżywcze: E: 145,50 kcal; B: 1,50 g; T: 0,45 g; Kw. tł. nasy: 0,17 g; W: 35,25 g; W b.m cukry: 28,80 g; Bt.: 2,55 g; Sol: 0,00 g; WW: 3,30 Por; Ener: z B: 0,40 %; Ener: z W: 8,65 %; Ener: z T: 0,27 %; Ener: z Bt.: 0,34 %; K: 592,50 mg;	PD

Om: Dzieci 1-3 lat

2023-10-14 sobota	
PN	Kolacja
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (WLE.) Polejwica wiśniowa wędzorka wieprzowa z dodatkami wody Wędzona pażona 30 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor białki 40 g
	Wskazniki odżywcze: E: 246,86 kcal; B: 10,04 g; T: 5,77 g; Kw: tł. nasy.: 2,1 g; W: 39,58 g; W tym cukry: 10,30 g; Bł.: 1,40 g; Soli: 1,26 g; WW: 3,85 Por; Ener. z B: 2,66 %; Ener. z W: 10,10 %; Ener. z T: 3,44 %; Ener. z Bł.: 0,19 %; K: 174,68 mg;
	E: 1511,75 kcal; B: 52,47 g; T: 35,32 g; Kw: tł. nasy.: 11,95 g; W: 253,39 g; W tym cukry: 103,33 g; Bł.: 16,04 g; Soli: 4,08 g; WW: 23,80 Por; Ener. z B: 13,88 %; Ener. z W: 62,80 %; Ener. z T: 21,03 %; Ener. z Bł.: 2,12 %; K: 2644,17 mg;

NAPRZÓD CATERING SP. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398588 REGON 363712430
KRS 000044008

Oznaczenia alergenów:

- GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,
- SKO - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ - Jaja i pochodne,
- RYB - Ryby i pochodne,
- OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ - Soja i pochodne,
- MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowe, pistacje, migdały,
- SEL - Seler i pochodne,
- GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- MCK - Mięczaki i pochodne,
- MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
- GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
- GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
- GLU JE CZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odz.:

- F - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
- T - Tłuszcz,
- W - Węglowodany ogółem,
- S01 - S01,
- 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,
- WW - w tym cukry,

OM-Bezglutenowa			
Patki kukurudziane na mleku 400 ml (MLE.)	Chleb bezglutenowy 120 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa 50 g (SOJ.)
Fasolka szparagowa z olejem * 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
Śniadanie			
Wielowarzynna z ziemniakami (bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL.)	Ryz na sypko 170 g	Pieczeń rymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.)
Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g	Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Obiad	
Chleb bezglutenowy 120 g	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Polędwica wieprzowa z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ.)	Fomidor 80 g
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			
Kolacja			
E: 2076,47 kcal; B: 66,68 g; T: 58,66 g; Kw. tł. nasy.: 14,19 g; W: 323,97 g; W tym cukry: 50,42 g; Bł.: 18,29 g; Sól: 5,12 g; WW: 30,66 Por; Ener. z B: 12,85 %; Ener. z T: 25,51 %; Ener. z Bł.: 1,76 %; K: 2954,23 mg;			

2023-10-14 sobota

2023-10-15 niedziela	
OM-Bezglutenowa	3441,16 mg:
	E: 2137,60 kcal; B: 93,73 g; T: 67,12 g; Kw. tł. nasy.: 15,68 g; W: 289,91 g; W tym cukru: 44,73 g; Bł.: 13,71 g; Sól: 5,22 g; WW: 27,77 Por; Ener. z B: 17,54 %; Ener. z W: 51,68 %; Ener. z T: 28,26 %; Ener. z Bł.: 1,28 %; K:
	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Śniadanie	Chleb bezglutenowy 120 g
	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)
	Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodatkowy w ost. niejad 50 g
	Pomidor b/skorki 80 g
	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Obiad	Chleb bezglutenowy 120 g
	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)
	Ziemniaki () 180 g
	Szab gotowany 100 g
	Sos własny (bez glutenu) 50 ml
	Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g
	Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml
Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g
	Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)
	Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodatkowy w ost. niejad 50 g
	Pomidor b/skorki 80 g
	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml