

		OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I
2023-10-29 niedziela	Sniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JE CZ, _</u>) Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ, _</u>)		Sonda / plynna śn. 500 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JE CZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL, _</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN			Sonda mleczna! 500 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>)
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / plynna ob. 600 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>)	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD			Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Sonda mięsna! 500 g (<u>JAJ, SEL, _</u>)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN				
		E: 2191.12 kcal; B: 99.47 g; T: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; W: 320.91 g; W tym cukry: 67.63 g; Bł.: 32.56 g; Sól: 7.63 g;	E: 2029.52 kcal; B: 105.93 g; T: 53.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; W: 297.25 g; W tym cukry: 64.85 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 7.52 g;	E: 2536.33 kcal; B: 133.24 g; T: 114.14 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; W: 254.11 g; W tym cukry: 106.63 g; Bł.: 20.31 g; Sól: 2.87 g;	E: 2167.21 kcal; B: 106.49 g; T: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; W: 316.21 g; W tym cukry: 53.29 g; Bł.: 22.80 g; Sól: 5.49 g;

	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoład. Zestaw I	
2023-10-29 niedziela	Sniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ,</u>)			
	II ŚN	Chałka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			
PN					
	E: 2151.96 kcal; B: 90.05 g; T: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.14 g; W: 325.73 g; W tym cukry: 51.92 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 5.70 g;	E: 2226.94 kcal; B: 113.43 g; T: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; W: 309.50 g; W tym cukry: 62.76 g; Bł.: 23.70 g; Sól: 6.75 g;	E: 2211.69 kcal; B: 96.99 g; T: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 319.01 g; W tym cukry: 61.39 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.96 g;	E: 2226.94 kcal; B: 113.43 g; T: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; W: 309.50 g; W tym cukry: 62.76 g; Bł.: 23.70 g; Sól: 6.75 g;	

	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna	
2023-10-29 niedziela	Sniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	
	II SN	Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)			
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN				
	E: 2211.69 kcal; B: 96.99 g; T: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 319.01 g; W tym cukry: 61.39 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.96 g;	E: 2082.74 kcal; B: 113.21 g; T: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; W: 309.28 g; W tym cukry: 62.56 g; Bł.: 23.70 g; Sól: 6.71 g;	E: 2067.49 kcal; B: 96.77 g; T: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; W: 318.79 g; W tym cukry: 61.19 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.92 g;	E: 2100.61 kcal; B: 108.96 g; T: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; W: 301.63 g; W tym cukry: 60.63 g; Bł.: 29.84 g; Sól: 7.18 g;	

	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	
2023-10-29 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ, </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>) Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ, </u>)	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>) Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ, </u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, </u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>) Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g	Kasza jęczmienna na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ, </u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL, </u>)
	II ŚN		Kanapka z szynką drobiową i sałata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, </u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, </u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL, </u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, </u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE, </u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE, </u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE, </u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)		
	E: 2085.36 kcal; B: 92.51 g; T: 58.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; W: 311.15 g; W tym cukry: 59.27 g; Bł.: 31.22 g; Sól: 7.38 g;	E: 2403.30 kcal; B: 123.71 g; T: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; W: 340.80 g; W tym cukry: 58.33 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 9.71 g;	E: 2385.85 kcal; B: 107.48 g; T: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 350.18 g; W tym cukry: 56.18 g; Bł.: 40.57 g; Sól: 9.89 g;	E: 1781.65 kcal; B: 80.46 g; T: 37.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.28 g; W: 291.65 g; W tym cukry: 50.78 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 7.24 g;	

	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I	
2023-10-29 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza jęczmienna na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>)
	II SN	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)			
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Knedle ziemniaczane z jabłkiem () 200 g (<u>MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 250 ml (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 120 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 15 g (<u>MLE,</u>) Buraczki gotowane () (bez soli) 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)			
		E: 2772.53 kcal; B: 139.66 g; T: 79.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 385.61 g; W tym cukry: 95.76 g; Bł.: 24.79 g; Sól: 9.74 g;	E: 2757.28 kcal; B: 123.22 g; T: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; W: 395.12 g; W tym cukry: 94.39 g; Bł.: 26.16 g; Sól: 9.95 g;	E: 1382.10 kcal; B: 34.99 g; T: 32.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.16 g; W: 247.65 g; W tym cukry: 32.76 g; Bł.: 23.13 g; Sól: 4.54 g;	E: 1687.51 kcal; B: 77.12 g; T: 42.59 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; W: 261.54 g; W tym cukry: 27.71 g; Bł.: 27.09 g; Sól: 7.94 g;

	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata	OM- Położnicza Zestaw I	
2023-10-29 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ,</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 40 g	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (<u>MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD		Banan 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	E: 1672.26 kcal; B: 60.68 g; T: 44.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; W: 271.06 g; W tym cukry: 26.34 g; Bł.: 28.47 g; Sól: 8.15 g;	E: 1235.17 kcal; B: 54.75 g; T: 26.82 g; Kw. tł. nasy.: 8.80 g; W: 201.32 g; W tym cukry: 69.67 g; Bł.: 15.25 g; Sól: 3.15 g;	E: 2028.94 kcal; B: 91.07 g; T: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; W: 296.47 g; W tym cukry: 63.52 g; Bł.: 24.33 g; Sól: 5.90 g;	E: 2403.30 kcal; B: 123.71 g; T: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; W: 340.80 g; W tym cukry: 58.33 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 9.71 g;	

	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Specjalna	
2023-10-29 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab duszony 100 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)			
	E: 2385.85 kcal; B: 107.48 g; T: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 350.18 g; W tym cukry: 56.18 g; Bł.: 40.57 g; Sól: 9.89 g;	E: 2403.30 kcal; B: 123.71 g; T: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; W: 340.80 g; W tym cukry: 58.33 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 9.71 g;	E: 2385.85 kcal; B: 107.48 g; T: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 350.18 g; W tym cukry: 56.18 g; Bł.: 40.57 g; Sól: 9.89 g;	E: 2120.49 kcal; B: 108.59 g; T: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; W: 315.45 g; W tym cukry: 62.18 g; Bł.: 31.24 g; Sól: 8.53 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

B - Białko ogółem wg 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,

WW - WW,