

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercyjna Zestaw I	OM- VI Poopercyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g ( <u>GLUPSZ, GLU ZYT, MLE</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ, GLU ZYT</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Kanapka z twarogiem i sałata (bulka pszenna 50g, margaryna 5g, twarózek 30g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLUPSZ MLE</u> )	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE, PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziamisty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 80 g
II ŚN		Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml ( <u>MLE</u> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml ( <u>MLE</u> )						
Jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Naleśniki z serem 300 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> ) Sos jogurtowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek 100 g Surowka z marchwi z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 150 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLUPSZ MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLUPSZ MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem 200 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2023-11-27 poniedziałek

OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Poopercacyjna Zestaw I	OM- VI Poopercacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żół. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II
2023-11-27 poniedziałek									
Kolacja									
Chleb mieszaný pszenno-żytni <b>PSZ, GLU, ZYT.</b> ) 96 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Slupki papryki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g ( <b>RYB.</b> ) Poleđwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimi wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU, PSZ, SOL.</b> ) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g
PN									
Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 50g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt. ( <b>GLU, PSZ, MLE, GLU, ZYT.</b> )									
E: 2827,79 kcal; B: 111,72 g; T: 82,31 g; Kw. tł. nasy.: 28,02 g; W: 428,81 g; W tym cukry: 117,47 g; Bł.: 33,17 g; Sól: 10,46 g	E: 2397,14 kcal; B: 92,46 g; T: 73,05 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 356,98 g; W tym cukry: 58,39 g; Bł.: 32,09 g; Sól: 10,22 g	E: 2378,90 kcal; B: 93,57 g; T: 69,33 g; Kw. tł. nasy.: 24,51 g; W: 360,74 g; W tym cukry: 84,91 g; Bł.: 29,94 g; Sól: 6,74 g	E: 2296,99 kcal; B: 100,59 g; T: 66,74 g; Kw. tł. nasy.: 24,18 g; W: 337,84 g; W tym cukry: 77,84 g; Bł.: 28,29 g; Sól: 7,08 g	E: 2257,76 kcal; B: 102,48 g; T: 67,85 g; Kw. tł. nasy.: 23,53 g; W: 325,08 g; W tym cukry: 46,70 g; Bł.: 28,88 g; Sól: 7,28 g	E: 2290,57 kcal; B: 93,44 g; T: 69,36 g; Kw. tł. nasy.: 23,46 g; W: 338,48 g; W tym cukry: 50,39 g; Bł.: 30,48 g; Sól: 6,88 g	E: 2257,76 kcal; B: 102,48 g; T: 67,85 g; Kw. tł. nasy.: 23,53 g; W: 325,08 g; W tym cukry: 46,70 g; Bł.: 28,88 g; Sól: 7,28 g	E: 2290,57 kcal; B: 93,44 g; T: 69,36 g; Kw. tł. nasy.: 23,46 g; W: 338,48 g; W tym cukry: 50,39 g; Bł.: 30,48 g; Sól: 6,88 g	E: 1976,99 kcal; B: 94,68 g; T: 46,16 g; Kw. tł. nasy.: 15,62 g; W: 310,85 g; W tym cukry: 45,17 g; Bł.: 28,42 g; Sól: 7,01 g	E: 2009,80 kcal; B: 85,64 g; T: 47,67 g; Kw. tł. nasy.: 15,56 g; W: 324,24 g; W tym cukry: 48,87 g; Bł.: 30,02 g; Sól: 6,62 g

OM- IX Łatwo strawna zestaw I	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- XII Bogalobatkowa zestaw I	OM- XII Bogalobatkowa zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	
Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni <u>(GLUPSZ, GLUZYT, PSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLUZYT, GLUJECZ,)</u> Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLUZYT, GLUJECZ,)</u> Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLUZYT, GLUJECZ,)</u> Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g <u>(SOL,)</u> Serek wiejski ziarnisty 50 g <u>(MLE,)</u> Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowana na mleku b/c 300 ml <u>(MLE, GLUZYT, GLUJECZ,)</u> Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Chleb bezglutenowy 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g <u>(MLE,)</u> Dżem 80 g Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Dżem 30 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g <u>(SOL,)</u> Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g <u>(GLUPSZ, GLUZYT,)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Dżem 30 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g <u>(SOL,)</u> Dżem 30 g Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 200 ml <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Bulka pszenna długa krojona 32 g <u>(GLUPSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g <u>(MLE,)</u> Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g <u>(SOL,)</u> Brokuł gotowany* 40 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	
Śniadanie										
II ŚN										
Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g <u>(GLUPSZ,)</u> Ryz na sytko 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Ryz na sytko (brązowy) 150 g Surowka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g Brokuł gotowany* 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Makaron (pehnoziarnisty) ze szpinakiem i twarogiem* 300 g <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Surowka z marchwi z olejem b/c ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g <u>(GLUPSZ, MLE,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 150 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 150 g <u>(GLUPSZ,)</u> Ryz na sytko 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Kuski śląskie* 300 g <u>(JAL,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Ryz na sytko 150 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Pulpet drobiowy 100 g <u>(GLUPSZ, JAL,)</u> Sos ziołowy* 50 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Ryz na sytko 150 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 200 ml <u>(GLUPSZ, MLE, SEL,)</u> Pulpet drobiowy 50 g <u>(GLUPSZ, JAL,)</u> Sos ziołowy* 30 ml <u>(GLUPSZ, SEL,)</u> Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g <u>(GLUPSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml <u>(MLE,)</u>
Obiad										

2023-11-27 poniedziałek

OM- IX Łatwo strawna zestaw I	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- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I	OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat PSZ, JAU, MLE, GLU, JECZ.																						
2023-11-27 poniedziałek																															
Kolacja																															
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Słupki papyki 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOL.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Miód (25g) 1 szt                      Pomidor 100 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Miód (25g) 1 szt                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.)                      Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>				<p>Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.)                      Papykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 30 g (RYB.)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>			
PN																															
<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p>		<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.)</p>		<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 40g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)</p>		<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>		<p>Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)</p>		<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>																					
E: 2382,70 kcal; B: 93,44 g; T: 69,76 g; Kw. tł. nasy.: 24,53 g; W: 361,84 g; W tym cukry: 60,12 g; Bł.: 33,73 g; Sól: 8,75 g.	E: 2351,03 kcal; B: 102,11 g; T: 68,17 g; Kw. tł. nasy.: 24,70 g; W: 347,55 g; W tym cukry: 59,29 g; Bł.: 32,67 g; Sól: 9,14 g.	E: 2400,73 kcal; B: 107,26 g; T: 66,68 g; Kw. tł. nasy.: 23,40 g; W: 359,36 g; W tym cukry: 45,65 g; Bł.: 37,92 g; Sól: 11,47 g.	E: 2461,63 kcal; B: 97,10 g; T: 70,51 g; Kw. tł. nasy.: 23,40 g; W: 374,85 g; W tym cukry: 55,11 g; Bł.: 41,69 g; Sól: 11,23 g.	E: 2164,88 kcal; B: 112,85 g; T: 79,98 g; Kw. tł. nasy.: 30,56 g; W: 413,55 g; W tym cukry: 97,36 g; Bł.: 30,09 g; Sól: 8,35 g.	E: 2728,06 kcal; B: 120,67 g; T: 78,24 g; Kw. tł. nasy.: 30,63 g; W: 399,17 g; W tym cukry: 96,52 g; Bł.: 29,03 g; Sól: 8,61 g.	E: 2261,99 kcal; B: 34,51 g; T: 61,81 g; Kw. tł. nasy.: 17,58 g; W: 405,93 g; W tym cukry: 69,53 g; Bł.: 38,15 g; Sól: 2,81 g.	E: 2166,55 kcal; B: 77,28 g; T: 63,83 g; Kw. tł. nasy.: 16,41 g; W: 337,22 g; W tym cukry: 37,21 g; Bł.: 33,31 g; Sól: 9,23 g.	E: 2236,06 kcal; B: 76,53 g; T: 66,18 g; Kw. tł. nasy.: 16,27 g; W: 353,06 g; W tym cukry: 47,42 g; Bł.: 41,11 g; Sól: 9,77 g.	E: 1251,55 kcal; B: 49,63 g; T: 35,06 g; Kw. tł. nasy.: 11,74 g; W: 197,60 g; W tym cukry: 68,92 g; Bł.: 15,10 g; Sól: 3,17 g.																						

OM- Papkowata/Przeclana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Półznicza Zestaw I	OM- Półznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatostekowa				
Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOL</u> , Serrek wiejski zamiasty 50 g ( <u>MLE</u> , Brokuł gotowany* 100 g Banan 1 szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOL</u> , Serrek wiejski zamiasty 50 g ( <u>MLE</u> , Brokuł z olejem* 100 g Banan 1 szt. 1 szt	Platki kukurydziane na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOL</u> , Serrek wiejski zamiasty 50 g ( <u>MLE</u> , Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1 szt. 1 szt	Platki pszenne 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> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOL</u> , Serrek wiejski zamiasty 50 g ( <u>MLE</u> , Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> , Banan 1 szt. 1 szt	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE</u> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOL</u> , Serrek wiejski zamiasty 50 g ( <u>MLE</u> , Brokuł gotowany* 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko 1 szt. 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Ryż na sypko 150 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu) ( ) 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos ziołowy (bez glutenu) ( ) 80 ml Ryż na sypko 150 g Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
Budyn o smaku waniliowym zlc 300 ml ( <u>MLE</u> , II ŚN											
Śniadanie											
Obiad											

PN	2023-11-27 poniedziałek						PD		
	OM- Papkowata/Przeclerana	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatorzeszkowa	
				Biskupki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)					
	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Polędwica wieśniowa wędziona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.) Polędwica wieśniowa wędziona z dodatkowym wodą wędziona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)		
	Kolacja								
	Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.) Polędwica wieśniowa wędziona wleprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.) Kalafior gotowany* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() 50 g (RYB.) Polędwica wieśniowa wędziona wleprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOL.) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kasza jęczmienna na wywarze jęczmionowym 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Paprykarz rybno (mirtuna)-warzywny() wędzona parzona 25 g (RYB.) Salata zielona 15 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kanapka z serkiem śniadaniowym (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)					
	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt								
	E: 1985,12 kcal; B: 87,96 g; T: 56,91 g; Kw. tł. nasy.: 16,34 g; W: 296,05 g; W tym cukry: 46,83 g; Bt.: 32,73 α; Sól: 6,63 α.	E: 1997,76 kcal; B: 84,16 g; T: 62,27 g; Kw. tł. nasy.: 16,69 g; W: 290,62 g; W tym cukry: 45,12 g; Bt.: 32,27 α; Sól: 6,15 α.	E: 2163,98 kcal; B: 80,41 g; T: 73,13 g; Kw. tł. nasy.: 21,58 g; W: 304,16 g; W tym cukry: 44,07 g; Bt.: 24,59 α; Sól: 5,68 α.	E: 2770,60 kcal; B: 105,84 g; T: 77,63 g; Kw. tł. nasy.: 28,35 g; W: 435,88 g; W tym cukry: 106,32 g; Bt.: 33,79 α; Sól: 9,24 α.	E: 2738,93 kcal; B: 114,51 g; T: 76,04 g; Kw. tł. nasy.: 28,52 g; W: 421,59 g; W tym cukry: 105,49 g; Bt.: 32,73 α; Sól: 9,63 α.	E: 2770,60 kcal; B: 105,84 g; T: 77,63 g; Kw. tł. nasy.: 28,35 g; W: 435,88 g; W tym cukry: 106,32 g; Bt.: 33,79 α; Sól: 9,24 α.	E: 2738,93 kcal; B: 114,51 g; T: 76,04 g; Kw. tł. nasy.: 28,52 g; W: 421,59 g; W tym cukry: 105,49 g; Bt.: 32,73 α; Sól: 9,63 α.	E: 2196,43 kcal; B: 97,80 g; T: 60,67 g; Kw. tł. nasy.: 21,26 g; W: 330,50 g; W tym cukry: 44,14 g; Bt.: 36,20 α; Sól: 10,64 α.	
	Kanapka z serkiem śniadaniowym i salata (chleb razowy 50g, margaryna 5g, serek śniadaniowy 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)								

<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,  
WW - WW,

**NAPRZÓD CATERING Sp. z o.o.**  
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź  
NIP 6772398889 REGON 363712430  
KRS 0000601008

