

2023-12-01 piątek	
Śniadanie	II ŚN
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb razowy pszemno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Sonda mleczna: 400 g (GLU PSZ, JAU, MLE)</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (GLU PSZ, JAU, SEL)</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z kapuszy czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn 100 g gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (JAU, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Szpiniakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (JAU, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAU, MLE, SEL)</p>	<p>Herbatniki: 30 g (GLU PSZ, SOL, MLE)</p>
<p>Obiad</p>	<p>Obiad</p>
<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z kapuszy czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn 100 g gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpiniakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Łosoś zapiekany z mozzarellą 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surowka z kapuszy czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn 100 g gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>PD</p>

2023-12-01 piątek											
OM- I Podstawowa Zestaw I	OM- I Podstawowa Zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołą. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I		
Kolacja		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 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.) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.) Papryka konserwowa 80 g Mix sałat 20 g		Sonda miesna! 400 g (JAJ, SEL.)		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószane () 100 g (GLU, PSZ.)		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószane () 100 g (GLU, PSZ.)		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószane () 100 g (GLU, PSZ.)		Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószane () 100 g (GLU, PSZ.)	
PN	E: 2268,16 kcal; B: 112,03 g; T: 64,19 g; Kw. tł. nasy.: 23,52 g; W: 327,12 g; W tym cukry: 87,22 g; Bł.: 33,45 α; Sól: 7,50 α.	E: 2299,88 kcal; B: 113,33 g; T: 70,31 g; Kw. tł. nasy.: 20,95 g; W: 319,65 g; W tym cukry: 83,83 g; Bł.: 33,05 α; Sól: 7,46 α.	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bł.: 21,35 α; Sól: 2,66 α.	E: 2512,91 kcal; B: 119,14 g; T: 71,13 g; Kw. tł. nasy.: 24,94 g; W: 364,95 g; W tym cukry: 101,89 g; Bł.: 32,62 α; Sól: 7,31 α.	E: 2523,64 kcal; B: 113,46 g; T: 77,54 g; Kw. tł. nasy.: 22,38 g; W: 358,58 g; W tym cukry: 98,72 g; Bł.: 32,38 α; Sól: 7,57 α.	E: 2257,75 kcal; B: 115,31 g; T: 67,35 g; Kw. tł. nasy.: 24,30 g; W: 311,54 g; W tym cukry: 92,31 g; Bł.: 27,97 α; Sól: 5,14 α.	E: 2268,48 kcal; B: 109,63 g; T: 73,76 g; Kw. tł. nasy.: 21,74 g; W: 306,17 g; W tym cukry: 89,34 g; Bł.: 27,73 α; Sól: 5,40 α.	E: 2257,75 kcal; B: 115,31 g; T: 67,35 g; Kw. tł. nasy.: 24,30 g; W: 311,54 g; W tym cukry: 92,31 g; Bł.: 27,97 α; Sól: 5,14 α.	E: 2268,48 kcal; B: 109,63 g; T: 73,76 g; Kw. tł. nasy.: 21,74 g; W: 306,17 g; W tym cukry: 89,34 g; Bł.: 27,73 α; Sól: 5,40 α.	E: 2190,83 kcal; B: 117,58 g; T: 51,77 g; Kw. tł. nasy.: 18,77 g; W: 327,47 g; W tym cukry: 92,44 g; Bł.: 28,48 α; Sól: 5,37 α.	

OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	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 Bogalobniakowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogalobniakowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I	OM- XV Beźmleczna Zestaw II
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ)</p>	<p>Kasza manna na mleku (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ)</p>	<p>400 ml (GLU, PSZ, MLE) 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 20 g 300 ml (MLE)</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 400 ml (MLE, GLU, ZYT) Chleb razowy pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>400 ml (MLE, GLU) 76 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 20 g 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni (PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU, ZYT, JECZ)</p>	<p>400 ml (GLU, PSZ, MLE) 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 20 g 300 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1 szt. Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona, p. arzona 60 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym* 100 ml (GLU, PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyunka na kartki-wieprzowa, wędzona, p. arzona 60 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>II ŚN</p>									
<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Losos z pesto bazylowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Losos pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Losos z pesto bazylowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem brażowym 400 ml (MLE, SEL) Losos pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem brażowym* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Losos z pesto bazylowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g (SEL) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Losos pieczony w ziołach B 120 g (RYB, MLE) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Losos z pesto bazylowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (SEL) Zapiekanka ziemniaczana-dieta 300 g (SEL) Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (SEL) Losos pieczony w ziołach B b/ml 120 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (SEL) Losos z pesto bazylowym i pomidorami 120 g (JAJ, RYB, MLE, ORZ) Ziemniaki z koperkiem 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem 100 g (GLU, PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p>									
<p>PD</p>									

2023-12-01 piątek									
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	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 Beźmielczna Zestaw I	OM- XV Beźmielczna Zestaw II
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem -dla 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem -dla 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Buraczki oprószone () 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem -dla 50 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Papryka konserwowa 80 g Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem -dla 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem -dla 30 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Pastą z jaj z kopekciem o zaw. 80% tł 15 g Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miód (25g) 1 szt Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Miód (25g) 1 szt Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GLU ZYT</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>)
PN	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>GLU ZYT</u>)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u>)				
E: 2345,76 kcal; B: 112,12 g; T: 74,18 g; Kw. tł. nasy.: 21,81 g; W: 321,32 g; W tym cukry: 89,67 g; Bł.: 28,24 g; Sól: 5,67 g	E: 2265,72 kcal; B: 110,15 g; T: 63,23 g; Kw. tł. nasy.: 23,11 g; W: 328,85 g; W tym cukry: 88,44 g; Bł.: 31,33 g; Sól: 6,96 g	E: 2202,41 kcal; B: 108,68 g; T: 65,23 g; Kw. tł. nasy.: 22,35 g; W: 312,93 g; W tym cukry: 63,11 g; Bł.: 38,30 g; Sól: 8,31 g	E: 2276,45 kcal; B: 104,47 g; T: 69,64 g; Kw. tł. nasy.: 20,55 g; W: 322,48 g; W tym cukry: 85,47 g; Bł.: 31,09 g; Sól: 7,22 g	E: 2214,23 kcal; B: 103,29 g; T: 71,58 g; Kw. tł. nasy.: 19,82 g; W: 307,71 g; W tym cukry: 59,63 g; Bł.: 37,00 g; Sól: 8,55 g	E: 2382,11 kcal; B: 116,68 g; T: 67,83 g; Kw. tł. nasy.: 24,52 g; W: 341,91 g; W tym cukry: 91,64 g; Bł.: 32,23 g; Sól: 7,09 g	E: 2392,84 kcal; B: 111,00 g; T: 74,24 g; Kw. tł. nasy.: 21,96 g; W: 335,54 g; W tym cukry: 88,67 g; Bł.: 31,99 g; Sól: 7,35 g	E: 2136,68 kcal; B: 41,25 g; T: 58,09 g; Kw. tł. nasy.: 11,82 g; W: 377,05 g; W tym cukry: 88,13 g; Bł.: 35,90 g; Sól: 2,30 g	E: 2201,73 kcal; B: 97,98 g; T: 56,84 g; Kw. tł. nasy.: 14,16 g; W: 338,94 g; W tym cukry: 49,49 g; Bł.: 30,89 g; Sól: 8,62 g	E: 2193,65 kcal; B: 90,67 g; T: 67,30 g; Kw. tł. nasy.: 14,35 g; W: 319,86 g; W tym cukry: 48,40 g; Bł.: 29,38 g; Sól: 8,86 g

2023-12-01 piątek								
<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>OM- Pawkowal/Przedserana</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 1 szt. Jabłko pieczone 1 szt. Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- Plyma</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Płatki kukurydziane na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- Polonizca Zestaw I</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- Polonizca Zestaw II</p> <p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p> <p>400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) 10 g (<u>MLE.</u>) 80 g (<u>MLE.</u>) 25 g 1 szt 1 szt</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p> <p>400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) 10 g (<u>MLE.</u>) 80 g (<u>MLE.</u>) 25 g 1 szt 1 szt</p>	<p>OM- Bogatorozzkowa</p> <p>Płatki żytnie na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>
<p>II ŚN</p> <p>Jabłko 150 g</p>	<p>Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOL, MLE.</u>)</p>							
<p>Obiad</p> <p>Brokułowa z ryżem () 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rydny (Miruna) 60 g (<u>GLU PSZ, JAU, RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 50 g Ziemniaki z koperkiem () 90 g Kompot z aronii i czernonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Brokułowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (<u>JAU, RYB, MLE, ORZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś z pesto bazyliowym i pomidorami 120 g (<u>JAU, RYB, MLE, ORZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem brazowym () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Łosoś pieczony w ziołach B 120 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Surówka z kapuszy czernonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	
<p>PD</p> <p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>							

OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pakowata/ Przepieczana	OM- Plyma	OM- Bezglutenowa	OM- Polożnicza Zestaw I	OM- Polożnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karniaca Zestaw I	OM- Kobieta Karniaca Zestaw II	OM- Bogatorztkowa
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna dluga krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna dluga krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bulka pszenna dluga krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 100 g Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pastą z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL) Buraczki oprószone () Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (MLE.) (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roslinna (80% t.) 10 g (MLE.)
Kolacja								
Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor d/skokki 40 g	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Buraczki oprószone () (bez glutenu) 80 g	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g			Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	
E: 1279,04 kcal; B: 46,53 g; T: 34,22 g; Kw. tł. nasy.: 9,93 g; W: 205,26 g; W tym cukry: 91,36 g; Bł.: 17,09 α; Sól: 2,73 α.	E: 2253,43 kcal; B: 114,93 g; T: 67,30 g; Kw. tł. nasy.: 24,29 g; W: 310,76 g; W tym cukry: 92,04 g; Bł.: 27,59 α; Sól: 5,14 α.	E: 2267,78 kcal; B: 115,81 g; T: 67,31 g; Kw. tł. nasy.: 24,30 g; W: 314,10 g; W tym cukry: 93,02 g; Bł.: 28,91 α; Sól: 4,76 α.	E: 2108,76 kcal; B: 86,54 g; T: 68,25 g; Kw. tł. nasy.: 19,84 g; W: 292,05 g; W tym cukry: 53,97 g; Bł.: 20,72 α; Sól: 3,86 α.	E: 2544,92 kcal; B: 112,69 g; T: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 23,53 g; W: 388,97 g; W tym cukry: 123,97 g; Bł.: 31,76 α; Sól: 7,26 α.	E: 2555,65 kcal; B: 107,01 g; T: 72,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,97 g; W: 382,60 g; W tym cukry: 121,00 g; Bł.: 31,52 α; Sól: 7,52 α.	E: 2544,92 kcal; B: 112,69 g; T: 66,53 g; Kw. tł. nasy.: 23,53 g; W: 388,97 g; W tym cukry: 123,97 g; Bł.: 31,76 α; Sól: 7,26 α.	E: 2555,65 kcal; B: 107,01 g; T: 72,94 g; Kw. tł. nasy.: 20,97 g; W: 382,60 g; W tym cukry: 121,00 g; Bł.: 31,52 α; Sól: 7,52 α.	E: 2157,05 kcal; B: 106,71 g; T: 64,94 g; Kw. tł. nasy.: 22,31 g; W: 302,42 g; W tym cukry: 56,65 g; Bł.: 34,55 α; Sól: 8,14 α.
PN	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb bezglutenowy 45g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (SOL.)	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g			Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt. (GLU PSZ, SOL, 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 błonika,
- W tym cukry - w tym cukry,
- WM - WM,

NAPRZÓD CATERING SP. Z O.O.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 91-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 143871243
KRS 0000601008

