

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 żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I				
<p>Kasza manna na mleku <u>(MLE.)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ</u>)                      Chleb razowy pszemno-żytni <u>(PSZ, GLU ZYT.)</u> 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>)                      Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g                      Ogórek kiszony 80 g                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)                      Gruszką 1 szt. 150 g</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Kapusta zasmażana koperkiem ( ) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p>	<p>Kasza manna na mleku <u>(MLE.)</u> 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>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g                      Marchew oprószana z olejem ( ) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>)                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</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>)                      Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g                      Marchew oprószana z olejem ( ) 80 g (<u>GLU PSZ.</u>)                      Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)                      Sałata zielona 20 g                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)                      Ziemiaki z koperkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
Ciasło drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ.</u> )													



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- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Bezmleczna Zestaw I
<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<b>GLU PSZ MLE</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Twarożek z kopekkiem 50 g (<b>MLE</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>PSZ</b>)                      Marchew oproszana z olejem ( ) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<b>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</b>)                      Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Kasza manna na mleku (<b>MLE</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni (<b>PSZ, GLU, ZYT</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek z kopekkiem 50 g (<b>MLE</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>PSZ</b>)                      Marchew oproszana z olejem ( ) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<b>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</b>)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>400 ml (<b>GLU PSZ MLE</b>)                      96 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      10 g (<b>MLE</b>)                      50 g (<b>MLE</b>)                      25 g (<b>PSZ</b>)                      80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      20 g                      300 ml (<b>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</b>)                      1 szt.</p>	<p>400 ml (<b>MLE, GLU ZYT</b>)                      76 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      10 g (<b>MLE</b>)                      50 g (<b>MLE</b>)                      25 g (<b>PSZ</b>)                      80 g                      20 g                      300 ml</p>	<p>400 ml (<b>MLE, GLU ZYT</b>)                      76 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      10 g (<b>MLE</b>)                      50 g (<b>MLE</b>)                      25 g (<b>PSZ</b>)                      80 g                      20 g                      150 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      Twarożek z kopekkiem 50 g (<b>MLE</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 30 g                      Marchew oproszana z olejem ( ) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Gruszka 1 szt. 150 g</p>	<p>Kasza manna na mleku (<b>MLE</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 76 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek z kopekkiem 50 g (<b>MLE</b>)                      Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<b>PSZ</b>)                      Marchew oproszana z olejem ( ) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Kawa zbożowa na mleku 300 ml (<b>MLE GLU ZYT, GLU JECZ</b>)                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>	<p>400 ml (<b>GLU PSZ MLE</b>)                      76 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      10 g (<b>MLE</b>)                      50 g (<b>MLE</b>)                      25 g (<b>PSZ</b>)                      80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      20 g                      300 ml</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ SEL</b>)                      Chleb bezglutenowy 116 g                      Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<b>MLE</b>)                      Twarożek z kopekkiem 30 g (<b>MLE</b>)                      Dżem 50 g                      Marchew oproszana z olejem ( ) 100 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Gruszka 1 szt. 150 g</p>	<p>Kasza manna na wywarze jarzynowym ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ SEL</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<b>GLU PSZ, GLU, ZYT</b>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g                      Baton szynkowy z kurcząt 60 g                      Marchew oproszana z olejem ( ) 80 g (<b>GLU PSZ</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 300 ml                      Jabłko 1 szt. 1 szt.</p>
2023-12-10 niedziela									
Śniadanie									
II ŚN									
<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem perlozamiowym ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Surówka z kapusty białej z olejem b/c ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z makaronem perlozamiowym ( ) 400 g (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z makaronem ( ) 400 g (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Zrazik drobiowy z udzka gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL</b>)                      Kocięty ziemniaczane ( ) 300 g (<b>GLU PSZ, JAU</b>)                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem (bez męka) ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Schab gotowany 100 g                      Sos własny ( ) 50 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)                      Ziemniaki z kopekkiem ( ) 180 g                      Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g                      Cukinia pieczona z olejem ( ) 100 g                      Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
Obiad									

PD	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- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielczna Zestaw I
	Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskorki 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 76 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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 Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka 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 Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.f.arzo z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor biskorki 80 g			
	Kolacja Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOL, GLU ZYT.</u> )	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOL.</u> )	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOL.</u> )	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOL.</u> )	Kanapka z szynką i sałata (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOL.</u> )
	E: 2126,60 kcal; B: 103,15 g; T: 49,92 g; Kw. tł. nasy.: 15,76 g; W: 325,52 g; W tym cukry: 73,37 g; Bł.: 22,67 g; Sól: 7,92 g.	E: 2193,16 kcal; B: 110,99 g; T: 57,42 g; Kw. tł. nasy.: 19,93 g; W: 318,59 g; W tym cukry: 78,96 g; Bł.: 25,77 g; Sól: 8,35 g.	E: 2143,41 kcal; B: 96,63 g; T: 58,01 g; Kw. tł. nasy.: 19,10 g; W: 321,63 g; W tym cukry: 77,54 g; Bł.: 28,80 g; Sól: 8,61 g.	E: 2075,75 kcal; B: 111,12 g; T: 56,94 g; Kw. tł. nasy.: 18,92 g; W: 291,00 g; W tym cukry: 43,27 g; Bł.: 29,13 g; Sól: 10,34 g.	E: 2018,75 kcal; B: 95,23 g; T: 57,39 g; Kw. tł. nasy.: 18,07 g; W: 292,82 g; W tym cukry: 40,92 g; Bł.: 30,29 g; Sól: 10,52 g.	E: 1339,38 kcal; B: 82,70 g; T: 24,58 g; Kw. tł. nasy.: 6,46 g; W: 204,53 g; W tym cukry: 23,35 g; Bł.: 21,85 g; Sól: 6,03 g.	E: 2518,27 kcal; B: 126,69 g; T: 72,66 g; Kw. tł. nasy.: 23,97 g; W: 346,60 g; W tym cukry: 81,70 g; Bł.: 20,28 g; Sól: 8,13 g.	E: 2468,52 kcal; B: 111,33 g; T: 73,25 g; Kw. tł. nasy.: 23,15 g; W: 349,64 g; W tym cukry: 80,28 g; Bł.: 23,31 g; Sól: 8,39 g.	E: 2269,26 kcal; B: 48,29 g; T: 66,30 g; Kw. tł. nasy.: 12,27 g; W: 378,20 g; W tym cukry: 64,24 g; Bł.: 28,96 g; Sól: 3,65 g.	E: 2223,04 kcal; B: 96,92 g; T: 62,73 g; Kw. tł. nasy.: 15,10 g; W: 329,85 g; W tym cukry: 34,72 g; Bł.: 28,46 g; Sól: 10,72 g.

2023-12-10 niedziela



OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przedera	OM- Płynna	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Bogatoresztkowa
	Masłanka 150 ml (MLE.)					Masłanka 150 ml (MLE.)			
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jarzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 30 g Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (GLU PSZ, SEL.) Jarzynowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml				Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel:wp.gr:rozd:wędz.f arzo: z dodatk.wody w ost:niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Pasta warzywna () 100 g (SEL.)							Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g
E: 2173,19 kcal; B: 81,55 g; T: 63,32 g; Kw. tł. nasy.: 14,28 g; W: 332,87 g; W.tym cukry: 33,29 g; Bli.: 31,48 α; Sól: 10,97 α.	E: 1406,16 kcal; B: 64,30 g; T: 38,25 g; Kw. tł. nasy.: 13,21 g; W: 205,80 g; W.tym cukry: 64,01 g; Bli.: 14,94 α; Sól: 4,10 α.	E: 2245,53 kcal; B: 115,07 g; T: 65,33 g; Kw. tł. nasy.: 20,32 g; W: 312,61 g; W.tym cukry: 84,75 g; Bli.: 29,94 α; Sól: 7,33 α.	E: 2217,29 kcal; B: 99,96 g; T: 65,96 g; Kw. tł. nasy.: 19,52 g; W: 320,66 g; W.tym cukry: 88,09 g; Bli.: 32,94 α; Sól: 7,65 α.	E: 2048,31 kcal; B: 88,67 g; T: 59,68 g; Kw. tł. nasy.: 15,84 g; W: 293,31 g; W.tym cukry: 53,95 g; Bli.: 18,64 α; Sól: 4,88 α.	E: 2467,51 kcal; B: 121,42 g; T: 65,17 g; Kw. tł. nasy.: 21,79 g; W: 358,49 g; W.tym cukry: 85,91 g; Bli.: 26,88 α; Sól: 9,03 α.	E: 2417,76 kcal; B: 106,06 g; T: 65,76 g; Kw. tł. nasy.: 20,96 g; W: 361,53 g; W.tym cukry: 84,49 g; Bli.: 29,91 α; Sól: 9,29 α.	E: 2467,51 kcal; B: 121,42 g; T: 65,17 g; Kw. tł. nasy.: 21,79 g; W: 358,49 g; W.tym cukry: 85,91 g; Bli.: 26,88 α; Sól: 9,03 α.	E: 2417,76 kcal; B: 106,06 g; T: 65,76 g; Kw. tł. nasy.: 20,96 g; W: 361,53 g; W.tym cukry: 84,49 g; Bli.: 29,91 α; Sól: 9,29 α.	E: 1800,63 kcal; B: 102,62 g; T: 48,44 g; Kw. tł. nasy.: 16,39 g; W: 248,50 g; W.tym cukry: 42,46 g; Bli.: 26,55 α; Sól: 8,52 α.

2023-12-10 niedziela

<nazwa jednostki>  
<ulica>, <kod>

**Oznaczenia wskaźników odź:**

- 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,

