

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna	
2023-12-27 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u> , Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u> , Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u> , Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 30 g (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u> , Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 25 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u> , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u> , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 25 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ</u> , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u> , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 25 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Makaron 250 g (<u>GLU PSZ</u> , Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u> , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Obiad				Jabłko 1 szt 1 szt	
	PD					
	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> , E: 1950.01 kcal; B: 89.07 g; T: 47.08 g; W: 300.23 g;	Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml E: 1971.63 kcal; B: 91.06 g; T: 47.19 g; W: 302.57 g;	Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u> , Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml E: 2015.09 kcal; B: 96.41 g; T: 68.04 g; W: 261.10 g;	Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 60 g (<u>RYB, SEL</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 30 g (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml E: 2906.21 kcal; B: 108.23 g; T: 91.68 g; W: 422.50 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-28 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce nij 30 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce nij 30 g (<u>MLE, _</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce nij 30 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce nij 30 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek Fromage 30 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ, _</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ, _</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 400 g (<u>SEL, GLU JECZ, _</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>)	Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Ser topiony 30 g (<u>MLE, _</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE, _</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2055.63 kcal; B: 63.81 g; T: 64.70 g; W: 311.50 g;	E: 1912.39 kcal; B: 82.22 g; T: 57.45 g; W: 276.29 g;	E: 2088.13 kcal; B: 83.16 g; T: 79.29 g; W: 266.45 g;	E: 3226.77 kcal; B: 89.84 g; T: 128.59 g; W: 435.12 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 250 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2359.17 kcal; B: 103.22 g; T: 69.51 g; W: 341.92 g;	E: 2079.04 kcal; B: 94.81 g; T: 49.81 g; W: 326.10 g;	E: 2073.28 kcal; B: 96.77 g; T: 68.98 g; W: 283.17 g;	E: 3421.93 kcal; B: 120.40 g; T: 114.35 g; W: 492.19 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-30 sobota	Śniadanie	Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Parówki cieszynki-węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osionce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osionce niejadalnej 30 g (<u>SOJ, _</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z marchwi i jabłka () 120 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z marchwi i jabłka () 120 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 250 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>)	Wafelki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 60 g (<u>SOJ, MLE, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
		E: 2206.03 kcal; B: 91.00 g; T: 78.35 g; W: 296.15 g;	E: 1969.55 kcal; B: 90.24 g; T: 55.31 g; W: 287.81 g;	E: 2149.23 kcal; B: 101.70 g; T: 76.53 g; W: 275.73 g;	E: 3166.77 kcal; B: 107.13 g; T: 134.04 g; W: 395.17 g;

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-31 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Dyńia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Dyńia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 2 szt Dyńia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (<u>SOJ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 40 g (<u>SOJ, MLE</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 30 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2377.37 kcal; B: 109.78 g; T: 89.40 g; W: 295.47 g;	E: 2339.41 kcal; B: 118.55 g; T: 74.49 g; W: 308.09 g;	E: 2395.32 kcal; B: 132.36 g; T: 96.38 g; W: 264.52 g;	E: 3401.79 kcal; B: 142.85 g; T: 129.43 g; W: 432.20 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ, _</u>)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ, _</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ, _</u>) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ, _</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ, _</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (<u>MLE, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 1902.32 kcal; B: 93.97 g; T: 47.26 g; W: 286.87 g;	E: 1950.78 kcal; B: 95.99 g; T: 49.65 g; W: 291.08 g;	E: 1968.61 kcal; B: 108.40 g; T: 61.51 g; W: 260.75 g;	E: 2844.75 kcal; B: 122.97 g; T: 93.01 g; W: 392.43 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twarożek 80 g (MLE, _) Salata zielona 20 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Makaron na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twarożek 80 g (MLE, _) Salata zielona 20 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE, _) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek 80 g (MLE, _) Salata zielona 20 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Makaron na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 30 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Twarożek 80 g (MLE, _) Salata zielona 20 g Baton szynkowy z kurcząt 60 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Ser żółty 20 g (MLE, _)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Ser żółty 30 g (MLE, _)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE, _) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE, _) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE, _) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE, _) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD			Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolacja	Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Rzepa biała 50 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, _)	Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Salata zielona 20 g	Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ, _) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Rzepa biała 50 g	Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 30 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Rzepa biała 50 g
	E: 2135.54 kcal; B: 70.96 g; T: 52.99 g; W: 356.39 g;	E: 1962.29 kcal; B: 66.08 g; T: 40.54 g; W: 342.17 g;	E: 2072.60 kcal; B: 72.94 g; T: 69.10 g; W: 303.98 g;	E: 3186.61 kcal; B: 92.47 g; T: 102.34 g; W: 490.12 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2024-01-03 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE, _</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE, _</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE, _</u>)
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 250 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 250 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 250 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 250 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 30 g (<u>MLE, _</u>) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2160.97 kcal; B: 70.11 g; T: 64.52 g; W: 325.78 g;	E: 1932.33 kcal; B: 79.23 g; T: 43.23 g; W: 314.31 g;	E: 2033.05 kcal; B: 99.62 g; T: 64.29 g; W: 269.12 g;	E: 2935.55 kcal; B: 85.83 g; T: 102.77 g; W: 418.96 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2024-01-04 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy() 50 g (GLU PSZ, JAJ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 30 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy() 50 g (GLU PSZ, JAJ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 40 g (MLE)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 250 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 30 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 60 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2354.95 kcal; B: 84.09 g; T: 79.64 g; W: 334.75 g;	E: 2246.88 kcal; B: 85.82 g; T: 71.05 g; W: 326.12 g;	E: 2184.31 kcal; B: 92.83 g; T: 80.11 g; W: 284.32 g;	E: 3309.45 kcal; B: 106.43 g; T: 120.33 g; W: 461.43 g;	