

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-25 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Baleron wieprzowy wędzony, parzony 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 50 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 30 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 30 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 30 g ( <b>MLE,</b> ) Baleron wieprzowy wędzony, parzony 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki () 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki () 200 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki () 200 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki () 200 g Sos jarzynowy () 100 ml Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Salatka jarzynowa z wędliną drob- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Paszтет z fasoli () 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Salatka jarzynowa z wędliną drob- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Salatka jarzynowa z wędliną drob- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 30 g ( <b>MLE,</b> ) Salatka jarzynowa z wędliną drob- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 2141.05 kcal; B: 78.14 g; T: 67.73 g; W: 312.38 g;	E: 1882.61 kcal; B: 81.87 g; T: 46.04 g; W: 298.02 g;	E: 2074.02 kcal; B: 99.70 g; T: 68.11 g; W: 275.48 g;	E: 3204.12 kcal; B: 98.91 g; T: 114.39 g; W: 441.63 g;	

		CH- SPECJ Podstawowa	CH- SPECJ Łatwo strawna	CH- SPECJ Cukrzycowa	CH- SPECJ Wysokokaloryczna
2023-12-26 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u> ) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> )	Butka 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 Sałata zielona 20 g Miód (25g) 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 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> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u> ) Sałata zielona 20 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 30 g ( <u>MLE, _</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> )
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Filet zapiekany drobiowy 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> ) Filet zapiekany drobiowy 40 g ( <u>MLE, _</u> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Ziemniaki () 250 g Ćwikła z jabłkiem () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Ziemniaki () 250 g Ćwikła z jabłkiem () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Ziemniaki () 250 g Ćwikła z jabłkiem () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Ziemniaki () 250 g Ćwikła z jabłkiem () 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/m 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Warzywa pieczone 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Warzywa pieczone 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Warzywa pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml
	E: 1934.66 kcal; B: 87.26 g; T: 50.48 g; W: 293.48 g;	E: 1967.76 kcal; B: 87.43 g; T: 45.27 g; W: 312.40 g;	E: 2000.70 kcal; B: 101.18 g; T: 60.54 g; W: 278.26 g;	E: 2877.79 kcal; B: 106.00 g; T: 81.15 g; W: 443.17 g;	