

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2025-05-09 piątek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 664,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 392 w tym cukry [g] 103,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 7,3
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kca l] [kcal] 2 170,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,1 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 332,5 w tym cukry [g] 98,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,3

2025-05-09 piątek	NSAČZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Krupnik jęczmienny () 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Paluch serowy 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 412,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,1 Tłuszcz [g] 101 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 300,6 w tym cukry [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 8,4
2025-05-10 sobota	NSAČZ- 1 Podstawowa	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztecik pieczony drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Rozszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzo na w osłonce niejadalnej. 40 g Seler gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 475,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,2 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 360,7 w tym cukry [g] 85,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 11,4		

2025-05-10 sobota	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>.) Roszpodka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u>.) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>.) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE</u>.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzo na w osłonce niejadalnej. 40 g Seler gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.)	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 293,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 356 w tym cukry [g] 97,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 7,9
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>.) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE</u>.) Salata zielona 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd. wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE</u>.) Roszpodka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>.) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE</u>.) Salata zielona 5 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.) Buraczki gotowane () 150 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE</u>.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym/ p b/c 150 ml (<u>MLE</u>.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>, <u>GLU</u> <u>JĘCZ</u>.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>GLU</u> <u>ZYT</u>.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzo na w osłonce niejadalnej. 40 g Seler gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>.)	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 275,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 342,7 w tym cukry [g] 77,6 Błonnik pokarmowy [g] 52,4 Sól [g] 11,3

2025-05-11 niedziela	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędziona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-b rzoskwinią 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 452,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 357,4 w tym cukry [g] 92,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 7,1
	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenney 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędziona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb pszenney 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-b rzoskwinią 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 180,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8 Tłuszcz [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 320,8 w tym cukry [g] 89,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 6,4

2025-05-11 niedziela	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędziona, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-b rzoskwini 100g (tubka) 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 233,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 299,3 w tym cukry [g] 64,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sól [g] 7,4
2025-05-12 poniedziałek	NSĄCZ- 1 Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio roz. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Rozsponka 20 g		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 712 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 412,3 w tym cukry [g] 98,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 6,6

2025-05-12 poniedziałek	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 80 g Roszponka 20 g		Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 323 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 355,8 w tym cukry [g] 79,4 Błonnik pokarmowy [g] 18 Sól [g] 5,2
	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Polędwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Roszponka 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Papryka świeża 20 g	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b /c 150 g (<u>MLE,</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszen na 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g	Sok owocowo-warz ywny 0,2L kubek 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 057,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 304,8 w tym cukry [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Sól [g] 6,2