

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-11-29, środa	NSACZ- Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy* 60 g (RYB, SEL) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, S02) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodatek wody w osł.niejad 40 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Kiwi 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Węglowodany ogółem [g] 339,8 w tym cukry [g] 82 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 9,1
	NSACZ- Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy* 60 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodatek wody w osł.niejad 40 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 343,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 356,7 w tym cukry [g] 100,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 7,1
	NSACZ- Cukrzycowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywy* 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE) Pomidor 20 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, S02) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Jogurt naturalny 3% tł. 1szt 1 szt (MLE)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz. parzo.z dodatek wody w osł.niejad 40 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 326,1 w tym cukry [g] 52,2 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 9,8

2023-11-30 czwartek	NSAČZ- Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)		Ziemniaczana () 400 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 ZYT.</u>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z natką 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa 80 g Salata lodowa 20 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 750,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Tłuszcz [g] 79 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 417,9 w tym cukry [g] 106,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 Sól [g] 11,2
	NSAČZ- Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)		Ziemniaczana () 400 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>) Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z natką 70 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 504,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,3 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 368,4 w tym cukry [g] 96,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 8,1
	NSAČZ- Cukrzycowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa (*) 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Ziemniaczana () 400 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>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z natką 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Sok Burak- jablko 0,30l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 519 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6 Tłuszcz [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 353,5 w tym cukry [g] 44,3 Błonnik pokarmowy [g] 46 Sól [g] 9,6

2023-12-01 piątek	NSAČZ - Podstawowa	Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JEČZ,)</u> Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE,)</u> Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix салат 20 g		Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)</u> Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,)</u> Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (<u>MLE,)</u> Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,)</u> Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,)</u> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,)</u> Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 706,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 390,6 w tym cukry [g] 102,5 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 6,2
	NSAČZ - Łatwo strawna	Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JEČZ,)</u> Kasza manna na mleku 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 extra 82% 15 g (<u>MLE,)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE,)</u> Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Mix салат 20 g		Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)</u> Ziemniaki z koperkiem i tłuszczem () 200 g (<u>MLE,)</u> Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,)</u> Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,)</u> Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,)</u> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,)</u> Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 412,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 358,5 w tym cukry [g] 90,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 6,4
	NSAČZ - Cukrzycowa	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU JEČZ,)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,)</u> Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE,)</u> Ser żółty 50 g (<u>MLE,)</u> Mandarynka 1 szt Mix салат 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,)</u> Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE,)</u> Salata zielona 10 g	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,)</u> Ziemniaki z koperkiem i tłuszczem () 200 g (<u>MLE,)</u> Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,)</u> Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL,)</u> Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jablek* b/c 250 ml	Maślanka 200 ml (<u>MLE,)</u>	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE,)</u> Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,)</u> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,)</u> Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,)</u>	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 480 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,8 Tłuszcz [g] 91,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 323 w tym cukry [g] 66,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Sól [g] 8,1

2023-12-02 sobota	NSACZ- Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek fromage z papryką 80g- 0,5 szt (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g		Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE.) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2452,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,5 Tłuszcz [g] 95,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 327,8 w tym cukry [g] 60,1 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 11,8
	NSACZ- Łatwo strawna	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor 80 g		Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowidietą 200 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml		Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2286,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 309,6 w tym cukry [g] 65,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 7,5
	NSACZ- Cukrzycowa	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Roszponka 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Papryka świeża 20 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowidietą 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2663,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8 Tłuszcz [g] 102,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 343,7 w tym cukry [g] 43,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sól [g] 9,5

2023-12-03 niedziela	NSĄCZ- Podstawowa	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka drobiowa parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem soj i wieprz. 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SO2.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabiko 1 szt 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa (*) 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 990,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,5 Tłuszcz [g] 112,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 371,5 w tym cukry [g] 114,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 9,2
	NSĄCZ- Łatwo strawna	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka drobiowa parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem soj i wieprz. 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 70 g (MLE.) Jabiko 1 szt 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (MLE.) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.) Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 722,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138,1 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 358,9 w tym cukry [g] 112,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 7,5

2023-12-03 niedziela	NSĄCZ - Cukrzycowa	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 Premium z piersi kurczaka wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 20 g Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g (<u>MLE.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, 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>) Szynka Piastowska wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 831,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,7 Tłuszcz [g] 99 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 370,7 w tym cukry [g] 91,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,6 Sól [g] 9,1
----------------------	--------------------	--	---	--	--	--	--	--