

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
Śniadanie	II ŚN	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (MLE.)					
2023-11-06 poniedziałek	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (SEZ.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (SEZ.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (SEZ.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane () pieczone 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (SEZ.) Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
PN	Kolacja	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy b/c 80 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
		E: 2858.04 kcal; B: 97.89 g; T: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 463.39 g; W tym cukry: 129.27 g; Bł.: 39.90 g; Sól: 6.88 g;	E: 2584.86 kcal; B: 90.62 g; T: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; W: 453.25 g; W tym cukry: 129.26 g; Bł.: 28.27 g; Sól: 7.40 g;	E: 2545.35 kcal; B: 89.49 g; T: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 403.11 g; W tym cukry: 65.74 g; Bł.: 48.31 g; Sól: 7.02 g;	E: 2270.16 kcal; B: 90.70 g; T: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; W: 380.63 g; W tym cukry: 115.55 g; Bł.: 25.85 g; Sól: 6.85 g;	E: 2858.04 kcal; B: 97.89 g; T: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 463.39 g; W tym cukry: 129.27 g; Bł.: 39.90 g; Sól: 6.88 g;	E: 2233.18 kcal; B: 80.37 g; T: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 349.44 g; W tym cukry: 64.34 g; Bł.: 42.59 g; Sól: 6.66 g;

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
2023-11-07 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt z płatkami owsianymi i musem truskawkowym b/c 150 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)					
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka (-)drobno tarta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g					
	Kolacja	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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z chrzanem b/c () 80 g (<u>MLE, S02.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z chrzanem b/c () 80 g (<u>MLE, S02.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z chrzanem b/c () 80 g (<u>MLE, S02.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Ćwikła z chrzanem b/c () 80 g (<u>MLE, S02.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanáпка z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		E: 2399.97 kcal; B: 104.82 g; T: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; W: 354.70 g; W tym cukry: 73.09 g; Bł.: 37.44 g; Sól: 9.58 g;	E: 2315.92 kcal; B: 101.46 g; T: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 364.44 g; W tym cukry: 73.13 g; Bł.: 34.74 g; Sól: 7.69 g;	E: 2480.82 kcal; B: 113.22 g; T: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; W: 344.42 g; W tym cukry: 36.36 g; Bł.: 52.92 g; Sól: 10.93 g;	E: 2314.96 kcal; B: 102.33 g; T: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; W: 363.07 g; W tym cukry: 73.24 g; Bł.: 35.19 g; Sól: 7.67 g;	E: 2399.97 kcal; B: 104.82 g; T: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; W: 354.70 g; W tym cukry: 73.09 g; Bł.: 37.44 g; Sól: 9.58 g;	E: 2359.75 kcal; B: 110.18 g; T: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; W: 318.70 g; W tym cukry: 35.29 g; Bł.: 50.40 g; Sól: 10.59 g;

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
2023-11-08 środa	Śniadanie	Ryż na mleku z musem czekoladowo-orzechowym C&C 200 g (MLE, ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет Jana, wędlna wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku z musem czekoladowo-orzechowym C&C 200 g (MLE, ORZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет Jana, wędlna wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (SOJ, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kiwi 1 szt 1 szt Orzechy włoskie luskane 30 g (ORZ.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Orzechy włoskie luskane 30 g (ORZ.)
	Obiad	Rosół z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. b/skórki 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		E: 2608.33 kcal; B: 97.27 g; T: 107.50 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; W: 325.63 g; W tym cukry: 84.12 g; Bł.: 30.20 g; Sól: 7.62 g;	E: 2443.59 kcal; B: 110.63 g; T: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; W: 344.00 g; W tym cukry: 74.20 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 8.82 g;	E: 2215.35 kcal; B: 121.24 g; T: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; W: 267.05 g; W tym cukry: 35.74 g; Bł.: 37.69 g; Sól: 7.13 g;	E: 2372.64 kcal; B: 106.27 g; T: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; W: 339.41 g; W tym cukry: 71.83 g; Bł.: 28.57 g; Sól: 8.67 g;	E: 2608.33 kcal; B: 97.27 g; T: 107.50 g; Kw. tł. nasy.: 40.19 g; W: 325.63 g; W tym cukry: 84.12 g; Bł.: 30.20 g; Sól: 7.62 g;	E: 2108.33 kcal; B: 117.09 g; T: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 247.18 g; W tym cukry: 35.09 g; Bł.: 36.19 g; Sól: 6.77 g;

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna	
2023-11-09 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z papryką 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek na słodko 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z papryką 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek na słodko 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z papryką 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek z papryką 30 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g 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>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Słupki z marchewki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u>)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	
		E: 2572.76 kcal; B: 115.22 g; T: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; W: 390.43 g; W tym cukry: 63.65 g; Bł.: 31.96 g; Sól: 9.35 g;	E: 2407.83 kcal; B: 115.70 g; T: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 349.70 g; W tym cukry: 64.98 g; Bł.: 21.91 g; Sól: 6.37 g;	E: 2217.20 kcal; B: 106.13 g; T: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; W: 311.48 g; W tym cukry: 28.39 g; Bł.: 43.44 g; Sól: 8.27 g;	E: 2397.17 kcal; B: 115.65 g; T: 64.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; W: 346.13 g; W tym cukry: 63.30 g; Bł.: 20.02 g; Sól: 6.22 g;	E: 2572.76 kcal; B: 115.22 g; T: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; W: 390.43 g; W tym cukry: 63.65 g; Bł.: 31.96 g; Sól: 9.35 g;	E: 2071.09 kcal; B: 101.67 g; T: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 283.25 g; W tym cukry: 25.95 g; Bł.: 40.48 g; Sól: 7.89 g;	

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
2023-11-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kasza manna z musem truskawkowym b/c 200 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)					
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem 150 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Warzywa pieczone (buraki, marchew, cukinia) 100 g Dip ziołowy 20 g (<u>MLE.</u>)			Warzywa pieczone (buraki, marchew, cukinia) 100 g Dip ziołowy 20 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g 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>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok z mandarynek 100% 0,2 l 1 szt		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Sok z mandarynek 100% 0,2 l 1 szt	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	E: 2528.77 kcal; B: 103.91 g; T: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 362.09 g; W tym cukry: 92.74 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 6.69 g;	E: 2330.98 kcal; B: 107.72 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 350.40 g; W tym cukry: 87.73 g; Bł.: 23.18 g; Sól: 5.94 g;	E: 2308.40 kcal; B: 106.50 g; T: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; W: 308.95 g; W tym cukry: 53.32 g; Bł.: 38.18 g; Sól: 7.66 g;	E: 2468.74 kcal; B: 116.75 g; T: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 358.07 g; W tym cukry: 81.01 g; Bł.: 23.74 g; Sól: 6.98 g;	E: 2528.77 kcal; B: 103.91 g; T: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 362.09 g; W tym cukry: 92.74 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 6.69 g;	E: 2127.38 kcal; B: 99.06 g; T: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; W: 278.69 g; W tym cukry: 44.94 g; Bł.: 36.45 g; Sól: 7.14 g;	

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
2023-11-11 sobota	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g Musztarda 20 g (GOR.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g Musztarda 20 g (GOR.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 150 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Mandarynki 2 szt			Mandarynki 2 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (SOJ, MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu brązowego, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	E: 2600.12 kcal; B: 92.16 g; T: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; W: 392.96 g; W tym cukry: 89.83 g; Bł.: 49.21 g; Sól: 9.62 g;	E: 2263.93 kcal; B: 88.87 g; T: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; W: 373.87 g; W tym cukry: 86.31 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 8.12 g;	E: 2313.74 kcal; B: 89.28 g; T: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 351.05 g; W tym cukry: 64.94 g; Bł.: 59.20 g; Sól: 8.58 g;	E: 2263.59 kcal; B: 88.37 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; W: 370.48 g; W tym cukry: 84.29 g; Bł.: 31.46 g; Sól: 8.02 g;	E: 2600.12 kcal; B: 92.16 g; T: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; W: 392.96 g; W tym cukry: 89.83 g; Bł.: 49.21 g; Sól: 9.62 g;	E: 2192.05 kcal; B: 86.41 g; T: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; W: 327.64 g; W tym cukry: 64.13 g; Bł.: 55.11 g; Sól: 8.04 g;	

		BIS- PŁ Podstawowa	BIS- PŁ Łatwo strawna	BIS- PŁ Cukrzycowa	BIS- PŁ Wrzodowa	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ Niskokaloryczna
2023-11-12 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z jogurtem 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z jogurtem 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (MLE.) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)
	II ŚN	pudding z nasion chia z mango 150 g (MLE.)	pudding z nasion chia z mango 150 g (MLE.)	pudding z nasion chia z jabłkiem 150 g (MLE.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	pudding z nasion chia z mango 150 g (MLE.)	pudding z nasion chia z jabłkiem 150 g (MLE.)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana 100 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana 100 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		E: 2794.52 kcal; B: 122.20 g; T: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; W: 371.50 g; W tym cukry: 76.60 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 11.20 g;	E: 2580.39 kcal; B: 129.62 g; T: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.60 g; W: 368.66 g; W tym cukry: 81.64 g; Bł.: 22.77 g; Sól: 8.51 g;	E: 2189.38 kcal; B: 125.60 g; T: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; W: 279.32 g; W tym cukry: 43.08 g; Bł.: 30.69 g; Sól: 12.33 g;	E: 2407.06 kcal; B: 104.42 g; T: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; W: 355.12 g; W tym cukry: 60.25 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 8.49 g;	E: 2794.52 kcal; B: 122.20 g; T: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; W: 371.50 g; W tym cukry: 76.60 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 11.20 g;	E: 2089.80 kcal; B: 122.85 g; T: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; W: 258.03 g; W tym cukry: 41.03 g; Bł.: 28.98 g; Sól: 11.98 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogółem wg 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 błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,