

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, SOJ.) Papryka konserwowa 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Majonez 20 g (JAJ, GOR.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Dynamis z wody 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dynamis z wody 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka konserwowa 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN			Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Karczek pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem *. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bulka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bulka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym *. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bulka z fileta kurczaka 80 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Karczek pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Karczek pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 150 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Marchewka z groszkiem*oprószana 100 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Miód (25g) 2 szt Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Rzodkiew biała 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2542.99 kcal; B: 95.18 g; T: 93.71 g; W: 345.25 g;	E: 2948.28 kcal; B: 118.76 g; T: 108.90 g; W: 383.33 g;	E: 2358.99 kcal; B: 98.35 g; T: 79.08 g; W: 323.58 g;	E: 2205.01 kcal; B: 98.21 g; T: 41.51 g; W: 369.10 g;	E: 2009.47 kcal; B: 91.90 g; T: 68.95 g; W: 277.21 g;	E: 3051.74 kcal; B: 132.17 g; T: 120.11 g; W: 389.84 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Sertopiony 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Sertopiony 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN		Śliwka szt 2 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Śliwka szt 2 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i dynią* 400 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 300 ml (MLE.) Rodzynki 10 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Papryka świeża 100 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (MLE.)
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pomidor 50 g Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Buraczki gotowane (). 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Rzodkiew biała 50 g Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pomidor 150 g Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2354.16 kcal; B: 79.28 g; T: 81.55 g; W: 338.54 g;	E: 2617.34 kcal; B: 91.38 g; T: 85.90 g; W: 377.60 g;	E: 2252.18 kcal; B: 88.99 g; T: 77.02 g; W: 309.46 g;	E: 2200.04 kcal; B: 94.32 g; T: 50.58 g; W: 351.53 g;	E: 2207.15 kcal; B: 108.87 g; T: 80.25 g; W: 282.15 g;	E: 2853.97 kcal; B: 126.38 g; T: 99.06 g; W: 384.02 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Latwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-03 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 100 g
	II ŚN		Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (MLE.)	Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Serek truskawkowy termizowany 100g 1 szt (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Kolek z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Ryz na mleku z musem jabłkowym 200 g (MLE.)			Ryz na mleku z musem jabłkowym 250 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem. 100 g (JAJ, MLE.) Dymia z wody 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2601.61 kcal; B: 94.96 g; T: 94.41 g; W: 359.67 g;	E: 2804.77 kcal; B: 110.45 g; T: 102.55 g; W: 369.18 g;	E: 2325.14 kcal; B: 87.23 g; T: 71.25 g; W: 344.37 g;	E: 2330.73 kcal; B: 97.70 g; T: 50.49 g; W: 380.74 g;	E: 2130.14 kcal; B: 98.38 g; T: 77.09 g; W: 278.58 g;	E: 2970.20 kcal; B: 126.88 g; T: 116.62 g; W: 377.28 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzusiakowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-04 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Frankfurterki 100 g (SOJ.) Muszarda 20 g (GOR.) Pomidor 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
			Banan 1szt. 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Papryka świeża 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia 50 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	Ryżowa*. 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ryżowa*. 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ryżowa*. 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ryżowa*. 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ryżowa*. 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Herbalniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbalniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Galaretko o smaku truskawkowym 200 g	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g Herbalniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g	Keir 2.0% t 150g 1 szt (MLE.)	Galaretko o smaku truskawkowym 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt białkowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Rzodkiew biała 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2574.01 kcal; B: 72.80 g; T: 110.69 g; W: 335.47 g;	E: 2773.24 kcal; B: 95.22 g; T: 88.16 g; W: 409.21 g;	E: 2259.02 kcal; B: 83.09 g; T: 82.23 g; W: 304.57 g;	E: 2217.87 kcal; B: 89.12 g; T: 40.28 g; W: 387.24 g;	E: 2009.84 kcal; B: 82.31 g; T: 69.86 g; W: 285.09 g;	E: 3071.79 kcal; B: 112.35 g; T: 111.63 g; W: 433.24 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-05 niedziela	Sniadanie	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Twarożek na słodko 100 g (MLE.)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Twarożek na słodko 100 g (MLE.)</p> <p>Mus z brzoskwiń 100 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Twarożek na słodko 100 g (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Twarożek na słodko 100 g (MLE.)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek 100 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Twarożek na słodko 100 g (MLE.)</p> <p>Mus z brzoskwiń 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>
	II ŚN		<p>Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt</p>		<p>Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Ogórek kiszony 100 g</p>	<p>Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt</p>
	Obiad	<p>Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Bulion warzywny z makaronem *. 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Rosół z makaronem *. 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 200 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml</p>	<p>Rosół z makaronem *. 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 200 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	
	PD	<p>Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)</p>			<p>Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Płatki kukurydziane 30 g</p>	<p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Musli z owocami 30 g (GLU PSZ, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.)</p> <p>Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.)</p> <p>Pomidor b/skórki 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.)</p> <p>Dynia z wody 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Hummus z ciecierzycy 100 g</p> <p>Papryka świeża 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>
		<p>E: 2575.97 kcal; B: 125.39 g; T: 96.93 g; W: 310.39 g;</p>	<p>E: 2735.97 kcal; B: 129.97 g; T: 98.09 g; W: 334.10 g;</p>	<p>E: 2312.47 kcal; B: 122.42 g; T: 86.00 g; W: 269.41 g;</p>	<p>E: 2291.41 kcal; B: 90.59 g; T: 49.15 g; W: 376.60 g;</p>	<p>E: 2124.46 kcal; B: 119.16 g; T: 83.86 g; W: 234.70 g;</p>	<p>E: 2913.99 kcal; B: 129.34 g; T: 100.73 g; W: 380.72 g;</p>

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-06 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku. 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		II SN	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 50 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem. 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Solferino * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (MLE.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Śliwka szt 2 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (MLE, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi b/c() 150 g (MLE, SEL.) Śliwka szt 2 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml Majonez 20 g (JAJ, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Majonez 20 g (JAJ, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL.) Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2368,31 kcal; B: 79.43 g; T: 73.25 g; W: 368.21 g;	E: 2707,50 kcal; B: 103.67 g; T: 96.99 g; W: 363.69 g;	E: 2238,50 kcal; B: 78.08 g; T: 75.23 g; W: 327.78 g;	E: 2298,69 kcal; B: 92.32 g; T: 50.49 g; W: 387.52 g;	E: 2258,27 kcal; B: 101.40 g; T: 75.47 g; W: 314,60 g;	E: 2731,73 kcal; B: 100,02 g; T: 97,27 g; W: 387,54 g;	

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-07 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Ser topiony 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Dyńia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Dyńia z wody 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		II SN	Galaretką o smaku truskawkowym 200 g		Galaretką o smaku truskawkowym 200 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 2 szt
2023-11-07 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalaifora. 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką*-dieta b/brokula i kalaifora 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Wielowarzywna z zacierką*. 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z seleria i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 150 g	Gruszka 1szt. 150 g
2023-11-07 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Baton szynkowy z kurczątkiem 50 g Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2358,50 kcal; B: 80,09 g; T: 94,24 g; W: 310,97 g;	E: 2708,23 kcal; B: 109,13 g; T: 102,61 g; W: 346,56 g;	E: 2454,40 kcal; B: 96,25 g; T: 85,99 g; W: 334,26 g;	E: 2265,10 kcal; B: 99,36 g; T: 45,84 g; W: 375,08 g;	E: 2043,06 kcal; B: 82,83 g; T: 73,57 g; W: 279,56 g;	E: 2756,21 kcal; B: 118,72 g; T: 92,39 g; W: 384,84 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wąłrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Marny III trymestr	
2023-11-08 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu waniliowa 150 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu waniliowa 100 g (MLE.) Dżem 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryz na mleku 300 ml (MLE.)
		II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Mieszanka studencka 20 g (OZI, ORZ.)	
2023-11-08 środa	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (t) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ.) Surówka Colesław (t) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (t) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńa z wody 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (t) 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Dyńa z wody 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (t) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Colesław b/c (t) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Dyńa z wody 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (t) 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g (GLU PSZ.) Surówka Colesław (t) 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Sałatka z pęczaku, ciecior, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sałatka z pęczaku, ciecior, ogórka i papryki 200 g (GLU PSZ.)
2023-11-08 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, SOZ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Majonez 20 g (JAJ, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2501.96 kcal; B: 94.90 g; T: 82.01 g; W: 354.98 g;	E: 2884.87 kcal; B: 120.38 g; T: 97.07 g; W: 388.96 g;	E: 2308.50 kcal; B: 92.18 g; T: 73.30 g; W: 325.77 g;	E: 2203.30 kcal; B: 97.26 g; T: 41.68 g; W: 367.83 g;	E: 2021.38 kcal; B: 93.25 g; T: 66.79 g; W: 274.62 g;	E: 2836.13 kcal; B: 125.31 g; T: 103.90 g; W: 365.60 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wąrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 70 g Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Papryka świeża 100 g Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml
2023-11-09 czwartek Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Lazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 400 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa drob udziec*- dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa drob udziec*- dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa drob udziec*- dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa drob udziec*- dieta 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa drob udziec*- dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Drożdżówka. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbatniki 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g	Śliwka szt 2 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 150 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 150 g (MLE.) Papryka świeża 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2343.20 kcal; B: 93.92 g; T: 86.98 g; W: 309.46 g;	E: 2940.42 kcal; B: 106.61 g; T: 100.64 g; W: 409.91 g;	E: 2536.85 kcal; B: 99.36 g; T: 79.66 g; W: 364.41 g;	E: 2272.79 kcal; B: 107.64 g; T: 46.04 g; W: 372.19 g;	E: 2186.44 kcal; B: 110.37 g; T: 69.84 g; W: 294.57 g;	E: 2776.48 kcal; B: 134.50 g; T: 81.33 g; W: 397.54 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-10 piątek	Śniadanie	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Dżem 25 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)</p> <p>Mus z brzoskwiń 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p>
	II SN		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)		Mus z brzoskwiń 200 g	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Pomidor 100 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Ser żółty 50 g (MLE.)</p> <p>Pomidor 50 g</p>
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g</p> <p>Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g</p> <p>Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g</p> <p>Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml</p>
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 250 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c 150 g (MLE, SEL.)</p>	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)
	Kolecja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Ogórek kiszony 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 30 g</p> <p>Ogórek świeży 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 50 g</p> <p>Odynia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Ogórek kiszony 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)</p> <p>Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.)</p> <p>Ogórek kiszony 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml</p>
		E: 2514.72 kcal; B: 94.95 g; T: 91.60 g; W: 342.43 g;	E: 2864.77 kcal; B: 117.89 g; T: 101.44 g; W: 378.79 g;	E: 2348.81 kcal; B: 90.83 g; T: 78.72 g; W: 331.69 g;	E: 2312.92 kcal; B: 88.71 g; T: 49.13 g; W: 392.04 g;	E: 2167.66 kcal; B: 95.64 g; T: 81.90 g; W: 285.66 g;	E: 2800.41 kcal; B: 117.48 g; T: 105.86 g; W: 364.98 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Lekkostrawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ketchup 20 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki pszenne na mleku. 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Kiełbasa biała z indyka-drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w ostrości jadalnej wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Pomidor 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		II ŚN	Koktajl bananowy. 200 ml (MLE.)		Koktajl bananowy. 200 ml (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.)	Koktajl bananowy. 250 ml (MLE.)
2023-11-11 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz węgierski- wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Gulasz węgierski- wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka wykwiłtna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.)	Serek o smaku waniliowym termizowany 100g 1 szt (MLE.)	Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Serek o smaku waniliowym termizowany 100g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.)	
2023-11-11 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Papryka świeża 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2555,01 kcal; B: 107,21 g; T: 106,57 g; W: 303,28 g;	E: 2881,00 kcal; B: 120,47 g; T: 117,77 g; W: 340,81 g;	E: 2307,91 kcal; B: 90,83 g; T: 78,63 g; W: 317,15 g;	E: 2289,55 kcal; B: 103,17 g; T: 50,67 g; W: 368,50 g;	E: 2130,42 kcal; B: 100,57 g; T: 67,49 g; W: 302,19 g;	E: 2895,36 kcal; B: 133,06 g; T: 111,04 g; W: 366,04 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem (100 g (GLU PSZ, SEL.) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Balon szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Rzodkiew biała 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Papryka świeża 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Musli z owocami 30g (GLU PSZ, ORZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Jabko 1 szt 1 szt
2023-11-12 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (1) 200 g Kolekt schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1) 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (1) 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (1) 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Dyńia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.)	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (1) 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1) 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (1) 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem (1) 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Jabko 1 szt 1 szt Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt	Jabko pieczone 1szt. 1 szt Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt	Jabko pieczone 1szt. 1 szt Bulka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 150 g
2023-11-12 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (SOJ, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 150 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Sałatka jarzynowa (*) 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2524.64 kcal; B: 87.95 g; T: 100.81 g; W: 329.75 g;	E: 2985.44 kcal; B: 100.68 g; T: 109.14 g; W: 407.59 g;	E: 2330.02 kcal; B: 95.86 g; T: 68.44 g; W: 339.83 g;	E: 2285.08 kcal; B: 102.49 g; T: 42.14 g; W: 384.82 g;	E: 2021.46 kcal; B: 96.57 g; T: 68.95 g; W: 271.44 g;	E: 2940.07 kcal; B: 129.31 g; T: 107.98 g; W: 384.38 g;

Słowniczek

NAZEWNICTWO DIET W SZPITALU	NAZEWNICTWO DIET ZGODNIE Z POGRAEMEM „DOBRY POSILEK W SZPITALU”
NORMALNA	PODSTAWOWA (1)
NORMALNA DLA DZIECI	PODSTAWOWA DZIECIĘCA
NORMALNA HEMATOLOGICZNA	NORMALNA HEMATOLOGICZNA
NORMALNA HEMATOLOGICZNA DLA DZIECI	NORMALNA HEMATOLOGICZNA DLA DZIECI
ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA (2)
OKRES LAKTACYJNY	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE LAKTACJI (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR I	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR II	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CIĘŻARNE TRYMESTR III	PODSTAWOWA DLA KOBIET W OKRESIE CIĄŻY (C1)
CUKRZYCOWA DLA KARMIAĄCYCH	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (C3)
CUKRZYCOWA DLA CIĘŻARNYCH	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (C3)
CUKRZYCOWA NISKOCHOLESTEROLEWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)/ DIETA O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (7)
CUKRZYCOWA WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, BOGATOBIAŁKOWA
CUKRZYCOWA DLA DZIECI	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW DZIECIĘCA
CUKRZYCOWA TRZUSTKOWA / WĄTROBOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ORAZ Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
TRZUSTKOWA/WĄTROBOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)
ŻOŁĄDKOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (4)
WYSOKOBIAŁKOWA/ WYSOKOKALORYCZNA	DIETA BOGATOBIAŁKOWA, WYSOKOKALORYCZNA (2800KCAL)
PŁYNNA DO SONDY WYSOKOBIAŁKOWA	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA (14)
PŁYNNA CUKRZYCOWA DO SONDY	DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
PRZECIERANA ŁATWOSTRAWNA	DIETA PAKOWATA (12)
PRZECIERANA CUKRZYCOWA	DIETA PAKOWATA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
PAPKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA
CUKRZYCOWA PAKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
NISKOKALORYCZNA	DIETA UBOGOENERGETYCZNA (8)
BOGATORESZTKOWA	DIETA BOGATORESZTKOWA (5)
UBOGORESZTKOWA	DIETA UBOGORESZTKOWA
SPECJALNA BEZMLECZNA	SPECJALNA BEZMLECZNA
BEZMLECZNA	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY - BIAŁKA MLEKA
BEZ LAKTOZY	DIETA ELIMINACYJNA (11) PROD. WYKLUCZONY -LAKTOZA