

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa drobowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona, parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ. MLE.</u> ) Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 150 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki owsiane 15 g ( <u>GLU OW.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 50 g Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Rzodkiew biała rozdrobniona 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Salata zielona 5 g
	E: 2573.63 kcal; B: 113.35 g; T: 87.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; W: 351.70 g; W tym cukry: 88.56 g; Bł.: 36.91 g; Sól: 9.21 g;	E: 2419.13 kcal; B: 129.30 g; T: 83.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; W: 313.18 g; W tym cukry: 52.79 g; Bł.: 52.34 g; Sól: 10.87 g;	E: 2748.68 kcal; B: 131.20 g; T: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; W: 412.57 g; W tym cukry: 107.77 g; Bł.: 30.05 g; Sól: 7.14 g;	

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-25 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> , Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> , Rzodkiew biała 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <b>SEL</b> , Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> , Papryka świeża 30 g Salata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL</b> , Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL</b> , Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> , Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL</b> , Surówka z marchwi i selera z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL</b> , Buraczki gotowane 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> , <b>SEL</b> , Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>SEL</b> , Buraczki gotowane 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE</b> , )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Szynka na dzień dobry- wp. parzona 50 g ( <b>GLU</b> <b>PSZ</b> , <b>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR</b> , Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> , ) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>SOJ, SEL</b> , Szynka na dzień dobry- wp. parzona 50 g ( <b>GLU</b> <b>PSZ</b> , <b>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR</b> , Pomidor 100 g Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> , ) Szynka na dzień dobry- wp. parzona 50 g ( <b>GLU</b> <b>PSZ</b> , <b>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR</b> , Dynia z wody 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE</b> , )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , <b>GLU ŻYT</b> , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> , Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>SOJ, GOR</b> , Salata zielona 5 g
		E: 2423.47 kcal; B: 89.35 g; T: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.53 g; W: 359.36 g; W tym cukry: 85.79 g; Bł.: 38.80 g; Sól: 10.19 g;	E: 2549.56 kcal; B: 102.40 g; T: 92.41 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; W: 350.95 g; W tym cukry: 67.01 g; Bł.: 62.62 g; Sól: 13.34 g;	E: 2817.21 kcal; B: 101.35 g; T: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; W: 451.77 g; W tym cukry: 119.59 g; Bł.: 31.88 g; Sól: 8.61 g;

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 50 g Rzepa biała 50 g Salata zielona 5 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Babka piaskowa 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rzepa biała 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Schab gotowany 50 g Pomidor b/skórki 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Babka piaskowa 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u> )
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 30 g Salata zielona 5 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Gruszka 150 g	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gruszka 150 g	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Brzoskwinie w syropie 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki owsiane 15 g ( <u>GLU OW.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jabłko 150 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Papryka świeża 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2497.09 kcal; B: 104.80 g; T: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; W: 337.44 g; W tym cukry: 108.58 g; Bt.: 36.86 g; Sól: 8.46 g;	E: 2338.60 kcal; B: 130.00 g; T: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.67 g; W: 309.75 g; W tym cukry: 49.09 g; Bt.: 49.74 g; Sól: 11.00 g;	E: 2651.85 kcal; B: 134.32 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; W: 360.48 g; W tym cukry: 128.95 g; Bt.: 27.13 g; Sól: 7.52 g;	

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa	
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ. GOR.</u> ) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ. GOR.</u> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Ogórek kiszony 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ. GOR.</u> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU JECZ.</u> )	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik drobiowy z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 150 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Klopsik drobiowy z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 30 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 50 g Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Filet z kurczaka gotowany w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Słupki z marchewki 30 g Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	E: 2489.93 kcal; B: 102.45 g; T: 82.38 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; W: 355.09 g; W tym cukry: 120.72 g; Bł.: 37.64 g; Sól: 11.26 g;	E: 2767.92 kcal; B: 119.98 g; T: 116.09 g; Kw. tł. nasy.: 41.94 g; W: 333.23 g; W tym cukry: 53.26 g; Bł.: 61.27 g; Sól: 12.65 g;	E: 2655.04 kcal; B: 109.68 g; T: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; W: 391.15 g; W tym cukry: 117.12 g; Bł.: 28.87 g; Sól: 7.55 g;		

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek Fromage 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na dzień dobry- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Papryka świeża 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Salata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JEĆCZ.</u> ) Buraczki gotowane 150 g Surówka Coleslaw (bez mleka) () 150 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JEĆCZ.</u> ) Buraczki gotowane 150 g Surówka Coleslaw (bez mleka) () 150 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JEĆCZ.</u> ) Buraczki gotowane 150 g Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki owsiane 15 g ( <u>GLU OW.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 50 g Słupki z marchewki () 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 100 g Słupki z marchewki () 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus z ciecierzycy 50 g Pomidor 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 5 g	
	E: 2448.10 kcal; B: 100.15 g; T: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 52.84 g; W: 317.09 g; W tym cukry: 107.32 g; Bł.: 34.89 g; Sól: 7.26 g;	E: 2426.22 kcal; B: 125.95 g; T: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; W: 326.80 g; W tym cukry: 69.25 g; Bł.: 53.69 g; Sól: 10.11 g;	E: 2626.01 kcal; B: 129.58 g; T: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 35.75 g; W: 381.91 g; W tym cukry: 122.85 g; Bł.: 27.97 g; Sól: 7.81 g;	

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-29 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rzepa biała 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 100 g Rzepa biała 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Schab gotowany 50 g Pomidor b/skórki 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU JECZ.</u> )
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 150 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 130 g ( <u>MLE. SO2.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Gruszka 150 g	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 150 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g ( <u>MLE. SO2.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Gruszka 150 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD		Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Słupki z marchewki () 30 g Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 5 g
		E: 2263.15 kcal; B: 98.81 g; T: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; W: 327.94 g; W tym cukry: 74.80 g; Bł.: 35.11 g; Sól: 9.91 g;	E: 2290.17 kcal; B: 109.08 g; T: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; W: 319.48 g; W tym cukry: 60.34 g; Bł.: 52.89 g; Sól: 10.84 g;	E: 2771.25 kcal; B: 123.20 g; T: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; W: 420.08 g; W tym cukry: 124.44 g; Bł.: 30.30 g; Sól: 8.54 g;



		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Papryka konserwowa 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na dzień dobry- wp. parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Salata zielona 10 g	Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 150 g Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Barszcz biały z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Cukinia pieczona z olejem* 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU JEJCZ.</b> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jablek () z/c 150 g
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 15 g ( <b>GLU OW.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Schab gotowany 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 5 g
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 5 g	
	E: 2513.17 kcal; B: 103.55 g; T: 95.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; W: 329.26 g; W tym cukry: 72.34 g; Bł.: 38.17 g; Sól: 10.38 g;	E: 2499.29 kcal; B: 130.59 g; T: 97.58 g; Kw. tł. nasy.: 42.32 g; W: 298.90 g; W tym cukry: 40.05 g; Bł.: 46.64 g; Sól: 13.13 g;	E: 2767.73 kcal; B: 125.95 g; T: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.51 g; W: 388.63 g; W tym cukry: 91.76 g; Bł.: 34.69 g; Sól: 8.02 g;	

		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 50 g Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 g Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Schab gotowany 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 50 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR, _</u> ) Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ, _</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL, _</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Szpinakowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB, _</u> ) Sos cytrynowy 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL, _</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB, _</u> ) Sos cytrynowy 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL, _</u> ) Dynia z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	
	PD		Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE, _</u> )		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW, _</u> ) Pomidor 100 g Papryka świeża 100 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 50 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Pomidor 30 g Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		E: 2249.04 kcal; B: 99.17 g; T: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; W: 304.53 g; W tym cukry: 87.72 g; Bł.: 36.15 g; Sól: 7.51 g;	E: 2225.66 kcal; B: 121.22 g; T: 80.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.57 g; W: 275.19 g; W tym cukry: 58.41 g; Bł.: 47.86 g; Sól: 11.72 g;	E: 2343.97 kcal; B: 121.14 g; T: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; W: 319.38 g; W tym cukry: 107.31 g; Bł.: 28.17 g; Sól: 6.69 g;	



		W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 30 g Sałata zielona 5 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g	Koperkowa z ryżem * 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane 15 g ( <b>GLU OW.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy* 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłacie jadalnej - na ciepło 100 g Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy* 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Dynia z wody 50 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Papryka świeża 30 g Sałata zielona 5 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	E: 2855.03 kcal; B: 110.37 g; T: 119.46 g; Kw. tł. nasy.: 50.29 g; W: 354.31 g; W tym cukry: 98.51 g; Bł.: 41.29 g; Sól: 10.68 g;	E: 2696.77 kcal; B: 127.60 g; T: 103.23 g; Kw. tł. nasy.: 43.35 g; W: 342.86 g; W tym cukry: 55.82 g; Bł.: 56.25 g; Sól: 11.48 g;	E: 2521.28 kcal; B: 104.99 g; T: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; W: 394.78 g; W tym cukry: 127.27 g; Bł.: 30.53 g; Sól: 7.06 g;	

	W-wa- MIĘ Podstawowa/Ogólna	W-wa- MIĘ Cukrzycowa	W-wa- MIĘ Wrzodowa	
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)</p> <p>Majonez saszetka 12 ml 1 szt (<b>JAJ, GOR.</b>)</p> <p>Papryka świeża 50 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Babka piaskowa 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b>)</p> <p>Kakao z mlekiem 250 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)</p> <p>Papryka świeża 100 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Pomidor b/skórki 50 g</p> <p>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Babka piaskowa 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</b>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>
	II ŚN		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Hummus z ciecierzycy 50 g</p> <p>Ogórek kiszony 30 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p>	<p>Galaretko o smaku truskawkowym 200 g</p>
	Obiad	<p>Rosół z makaronem* 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem b/c 150 g</p> <p>Dynia z wody 150 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p> <p>Jabłko 150 g</p>	<p>Rosół z makaronem* 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem b/c 150 g</p> <p>Dynia z wody 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Jabłko 150 g</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g</p> <p>Sos majerankowy* 30 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem b/soli 150 g</p> <p>Dynia z wody 150 g</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p> <p>Mus z jabłek () z/c 100 g</p>
	PD		Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Stupki z marchewki () 50 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Stupki z marchewki () 100 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pasta z twarogu waniliowa 100 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Marchew gotowana z olejem* 50 g</p> <p>Pomidor b/skórki 50 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	
	PN	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka na dzień dobry- wp. parzona 30 g (<b>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka na dzień dobry- wp. parzona 30 g (<b>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>)</p> <p>Rzodkiew biała 30 g</p> <p>Salata zielona 5 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynka na dzień dobry- wp. parzona 30 g (<b>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</b>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>
<p>E: 2725.79 kcal; B: 122.03 g; T: 121.54 g; Kw. tł. nasy.: 50.20 g; W: 299.00 g; W tym cukry: 97.55 g; Bf.: 33.50 g; Sól: 10.47 g;</p>				
<p>E: 2525.90 kcal; B: 126.67 g; T: 110.30 g; Kw. tł. nasy.: 48.08 g; W: 277.22 g; W tym cukry: 57.06 g; Bf.: 49.00 g; Sól: 10.92 g;</p>				
<p>E: 2730.01 kcal; B: 123.39 g; T: 95.85 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; W: 351.69 g; W tym cukry: 98.40 g; Bf.: 25.75 g; Sól: 8.19 g;</p>				

<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,