

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-05 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 30 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> )	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )					
	E: 2296.35 kcal; B: 83.12 g; T: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; W: 343.49 g; W tym cukry: 89.91 g; Bł.: 28.82 g;	E: 2425.58 kcal; B: 83.36 g; T: 72.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; W: 374.34 g; W tym cukry: 93.02 g; Bł.: 30.16 g;	E: 2188.34 kcal; B: 100.77 g; T: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; W: 302.40 g; W tym cukry: 55.15 g; Bł.: 34.36 g;	E: 2560.63 kcal; B: 91.15 g; T: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; W: 393.28 g; W tym cukry: 121.33 g; Bł.: 28.71 g;	E: 2508.32 kcal; B: 100.17 g; T: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; W: 366.09 g; W tym cukry: 101.09 g; Bł.: 26.81 g;	

		STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa
2024-02-06 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowy z kurej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 90 g Sos szpinakowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos szpinakowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
	E: 2082.52 kcal; B: 90.67 g; T: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 301.92 g; W tym cukry: 71.46 g; Bł.: 29.04 g;	E: 1996.17 kcal; B: 87.49 g; T: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; W: 301.21 g; W tym cukry: 75.48 g; Bł.: 24.17 g;	E: 2157.13 kcal; B: 110.29 g; T: 69.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; W: 282.79 g; W tym cukry: 59.11 g; Bł.: 36.69 g;	E: 2280.74 kcal; B: 98.38 g; T: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; W: 355.96 g; W tym cukry: 81.41 g; Bł.: 24.48 g;	E: 2467.57 kcal; B: 114.57 g; T: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; W: 345.19 g; W tym cukry: 89.13 g; Bł.: 25.49 g;	

		STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-07 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g		
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )	
	Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet mielony drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g		
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> )	
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt					
		E: 2687.41 kcal; B: 90.80 g; T: 98.18 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; W: 377.72 g; W tym cukry: 98.39 g; Bł.: 32.93 g;	E: 2082.43 kcal; B: 77.35 g; T: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; W: 326.32 g; W tym cukry: 98.39 g; Bł.: 27.21 g;	E: 2442.54 kcal; B: 102.54 g; T: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; W: 362.10 g; W tym cukry: 92.16 g; Bł.: 36.92 g;	E: 2437.79 kcal; B: 87.12 g; T: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; W: 401.82 g; W tym cukry: 132.52 g; Bł.: 28.25 g;	E: 2519.60 kcal; B: 96.98 g; T: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; W: 396.92 g; W tym cukry: 130.74 g; Bł.: 28.57 g;	

		STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	PD			Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> )	
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Salatka jarzynowa () 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> )	Sałata zielona 20 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> )	Sałata zielona 20 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> )	Sałata zielona 20 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> )	Sałata zielona 20 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	
		E: 2401.20 kcal; B: 99.14 g; T: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; W: 320.33 g; W tym cukry: 69.34 g; Bł.: 33.18 g;	E: 2329.99 kcal; B: 86.22 g; T: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; W: 343.27 g; W tym cukry: 68.15 g; Bł.: 32.32 g;	E: 2347.25 kcal; B: 99.62 g; T: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; W: 343.50 g; W tym cukry: 72.29 g; Bł.: 38.38 g;	E: 2721.92 kcal; B: 93.09 g; T: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; W: 434.62 g; W tym cukry: 115.08 g; Bł.: 31.45 g;	E: 2654.96 kcal; B: 102.53 g; T: 80.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; W: 401.08 g; W tym cukry: 84.20 g; Bł.: 33.64 g;

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-09 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
		II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Miruna) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
	E: 2351.28 kcal; B: 84.60 g; T: 81.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 331.24 g; W tym cukry: 77.73 g; Bł.: 28.71 g;	E: 2037.84 kcal; B: 74.03 g; T: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; W: 306.32 g; W tym cukry: 79.67 g; Bł.: 26.78 g;	E: 2177.92 kcal; B: 103.64 g; T: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; W: 282.27 g; W tym cukry: 47.60 g; Bł.: 32.39 g;	E: 2482.48 kcal; B: 104.97 g; T: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; W: 347.85 g; W tym cukry: 87.74 g; Bł.: 28.64 g;	E: 2464.14 kcal; B: 101.32 g; T: 80.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; W: 345.14 g; W tym cukry: 87.98 g; Bł.: 29.66 g;	

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 150 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )
		II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 30 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )
2024-02-10 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza gryczana 200 g Salatka szwedzka () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kasza gryczana 200 g Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR.</b> ) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g
		PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> )
2024-02-10 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki- wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Salata zielona 20 g	
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
		E: 2258.33 kcal; B: 94.27 g; T: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; W: 346.71 g; W tym cukry: 92.10 g; Bł.: 32.32 g;	E: 2016.31 kcal; B: 79.74 g; T: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; W: 316.60 g; W tym cukry: 92.23 g; Bł.: 29.35 g;	E: 2278.52 kcal; B: 112.13 g; T: 76.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.85 g; W: 303.11 g; W tym cukry: 52.08 g; Bł.: 36.29 g;	E: 2395.19 kcal; B: 84.02 g; T: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; W: 403.50 g; W tym cukry: 123.02 g; Bł.: 30.37 g;	E: 2497.71 kcal; B: 107.12 g; T: 76.10 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; W: 360.68 g; W tym cukry: 107.78 g; Bł.: 30.67 g;

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )
		II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Pomidor 30 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> )	Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Surówka Colesław 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Brokuł gotowany* 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Surówka Colesław 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	
	PD		Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</b> )		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		E: 2097.20 kcal; B: 99.01 g; T: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; W: 282.80 g; W tym cukry: 59.81 g; Bł.: 26.22 g;	E: 2016.44 kcal; B: 96.99 g; T: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; W: 267.70 g; W tym cukry: 58.95 g; Bł.: 24.01 g;	E: 2132.33 kcal; B: 115.98 g; T: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; W: 270.76 g; W tym cukry: 35.82 g; Bł.: 31.83 g;	E: 2321.95 kcal; B: 111.45 g; T: 70.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; W: 326.53 g; W tym cukry: 73.00 g; Bł.: 26.11 g;	E: 2338.25 kcal; B: 114.88 g; T: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.05 g; W: 323.61 g; W tym cukry: 75.00 g; Bł.: 25.33 g;

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr. tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-12 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g
		II ŚN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> )
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, JAJ</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi () 100 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ</b> ) Sos jarzynowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Pulpet wieprzowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	
	PD		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> )		
Kolacja	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )				
	E: 2408.68 kcal; B: 90.17 g; T: 85.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; W: 326.87 g; W tym cukry: 73.51 g; Bł.: 31.06 g;	E: 2255.27 kcal; B: 89.18 g; T: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; W: 324.58 g; W tym cukry: 75.40 g; Bł.: 27.48 g;	E: 2234.45 kcal; B: 100.37 g; T: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; W: 307.17 g; W tym cukry: 59.78 g; Bł.: 33.12 g;	E: 2633.07 kcal; B: 98.41 g; T: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; W: 399.38 g; W tym cukry: 94.65 g; Bł.: 28.51 g;	E: 2785.20 kcal; B: 117.17 g; T: 86.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; W: 398.89 g; W tym cukry: 108.88 g; Bł.: 28.89 g;	



		STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa
2024-02-13 wtorek	Sniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Mix sałat 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> )
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-podstawa 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos pietruszkowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
	Kolacja	Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
PN		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
		E: 2126.29 kcal; B: 78.70 g; T: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 310.20 g; W tym cukry: 63.09 g; Bł.: 27.27 g;	E: 2030.85 kcal; B: 76.93 g; T: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; W: 296.87 g; W tym cukry: 64.65 g; Bł.: 28.09 g;	E: 2118.80 kcal; B: 98.82 g; T: 80.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; W: 265.71 g; W tym cukry: 36.92 g; Bł.: 30.72 g;	E: 2270.76 kcal; B: 82.73 g; T: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; W: 353.81 g; W tym cukry: 74.15 g; Bł.: 29.09 g;	E: 2559.05 kcal; B: 106.36 g; T: 89.51 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; W: 346.25 g; W tym cukry: 72.00 g; Bł.: 29.41 g;

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-14 środa	<b>Śniadanie</b>	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek Fromage 40 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Platki owsiane na mleku 350 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g
	<b>II ŚN</b>		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )	
	<b>Obiad</b>	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 350 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	
	<b>PD</b>		Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/m 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Twaróg półtusty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 70 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	<b>PN</b>	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	E: 2379.92 kcal; B: 69.39 g; T: 63.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.95 g; W: 398.47 g; W tym cukry: 137.47 g; Bł.: 28.93 g;	E: 2261.07 kcal; B: 71.29 g; T: 51.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 392.95 g; W tym cukry: 137.92 g; Bł.: 26.81 g;	E: 2139.73 kcal; B: 85.81 g; T: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 338.90 g; W tym cukry: 84.52 g; Bł.: 37.54 g;	E: 2644.14 kcal; B: 82.47 g; T: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; W: 471.41 g; W tym cukry: 132.43 g; Bł.: 26.76 g;	E: 2682.03 kcal; B: 95.69 g; T: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; W: 448.80 g; W tym cukry: 158.92 g; Bł.: 28.13 g;	

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Ser topiony 50 g ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Twarożek 70 g ( <b>MLE.</b> )	
		II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> ) Pomidor 30 g	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> )
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Paszтет z ciecierzycy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	
	PN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
	E: 2242.51 kcal; B: 79.81 g; T: 79.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; W: 307.48 g; W tym cukry: 49.82 g; Bł.: 34.02 g;	E: 1948.04 kcal; B: 82.74 g; T: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; W: 282.87 g; W tym cukry: 51.19 g; Bł.: 22.84 g;	E: 2173.44 kcal; B: 103.48 g; T: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; W: 282.99 g; W tym cukry: 27.73 g; Bł.: 39.06 g;	E: 2169.73 kcal; B: 96.99 g; T: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; W: 318.08 g; W tym cukry: 55.65 g; Bł.: 20.01 g;	E: 2259.05 kcal; B: 103.33 g; T: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; W: 323.63 g; W tym cukry: 58.54 g; Bł.: 24.16 g;	

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) Mix салат 20 g
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )
Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Miruna) 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g		
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )		
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
	E: 2507.92 kcal; B: 91.83 g; T: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; W: 353.94 g; W tym cukry: 90.78 g; Bł.: 25.71 g;	E: 2207.95 kcal; B: 85.49 g; T: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 324.79 g; W tym cukry: 90.40 g; Bł.: 21.97 g;	E: 2228.69 kcal; B: 99.98 g; T: 80.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; W: 292.71 g; W tym cukry: 71.21 g; Bł.: 29.84 g;	E: 2605.27 kcal; B: 99.87 g; T: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; W: 393.28 g; W tym cukry: 120.41 g; Bł.: 22.99 g;	E: 2663.71 kcal; B: 115.14 g; T: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; W: 382.89 g; W tym cukry: 111.40 g; Bł.: 23.29 g;	

	STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mix sałat 20 g Mandarynka 1 szt Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mix sałat 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mix sałat 20 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mix sałat 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Mandarynka 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )
		II ŚN		Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> )
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane () 100 g Surówka Colesław 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka Colesław 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )
	PN	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt				
	E: 2161.72 kcal; B: 70.29 g; T: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 363.75 g; W tym cukry: 95.38 g; Bł.: 37.12 g;	E: 2090.08 kcal; B: 72.74 g; T: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; W: 350.55 g; W tym cukry: 92.85 g; Bł.: 30.60 g;	E: 2200.74 kcal; B: 90.51 g; T: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; W: 340.15 g; W tym cukry: 68.36 g; Bł.: 40.45 g;	E: 2504.38 kcal; B: 80.82 g; T: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 440.25 g; W tym cukry: 131.55 g; Bł.: 33.10 g;	E: 2430.18 kcal; B: 88.97 g; T: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; W: 398.28 g; W tym cukry: 100.20 g; Bł.: 31.92 g;	

		STAR- CZG 1 Podstawowa	STAR- CZG 2 Łatwo strawna	STAR- CZG 6 Z ogr.łatwo przs.węglowodanów	STAR- CZG 3 Łatwo str.z ogr.tłuszczu	STAR- CZG 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt. 1 szt Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 1szt. 1 szt Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Mix салат 20 g Chleb Graham 70 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ) Banan 1szt. 1 szt Mix салат 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )		
	II ŚN			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ</b> )	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 150 g Schab gotowany 60 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 60 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny () 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )
	PN		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	
			E: 2382.11 kcal; B: 80.17 g; T: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; W: 358.39 g; W tym cukry: 89.39 g; Bł.: 25.41 g;	E: 2080.67 kcal; B: 74.00 g; T: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 330.77 g; W tym cukry: 88.96 g; Bł.: 22.60 g;	E: 1929.11 kcal; B: 91.75 g; T: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; W: 276.38 g; W tym cukry: 58.28 g; Bł.: 28.59 g;	E: 2299.00 kcal; B: 79.33 g; T: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; W: 379.36 g; W tym cukry: 123.74 g; Bł.: 24.04 g;	E: 2447.34 kcal; B: 93.31 g; T: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 387.39 g; W tym cukry: 104.56 g; Bł.: 24.37 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

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