

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Poloźnicza
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej* 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>)	Ziemniaczana* 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>)	Kapuśniak z kapusty białej* 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Buraczki oprószone 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>)	Ziemniaczana* 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>)	Kapuśniak z kapusty białej* 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Sos jarzynowy* 70 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>)
PD			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)		Galaretką o smaku truskawkowym 200 g
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami* 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ.</u>)
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Polożnicza	
2023-12-21 czwartek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 35 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Polejdźnica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Polejdźnica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)	
2023-12-21 czwartek	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp* 400 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 400 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD		Mandarynka 2 szt		
2023-12-21 czwartek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztecik Ciecchanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 60 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 70 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 60 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 70 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 60 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		PN	Mandarynka 2 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Mandarynka 2 szt	

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Łatwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Poloźnicza	
2023-12-22, piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.)
	II ŚN		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Jogurt naturalny 2,5% 150 ml (MLE.)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 250 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 250 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 250 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 250 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Ziemniaki 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Ser żółty 60 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g Ser żółty 60 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 35 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Słupki z marchewki 80 g		Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 30 g	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Słupki z marchewki 80 g		

	SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Polożnicza	
2023-12-23 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajecznicca (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 20 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajecznicca (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 20 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor b/skórki 60 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajecznicca (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 20 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajecznicca (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 20 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>OW</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u> ,) Jajecznicca (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 20 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN		Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Buraczki oprószone 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki oprószone 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,)
	PD			Maślanka 200 ml (<u>MLE</u> ,)		
Kolejca	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli 40 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> ,) Ogórek kiszony 60 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> ,) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u> ,) Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta z fasoli 40 g Ogórek kiszony 60 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> ,) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Salata zielona 35 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u> ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 20 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> ,) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE</u> ,) Salata zielona 35 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 5 g		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

		SG- KCZ I Podstawowa	SG- KCZ II Latwo strawna	SG- KCZ III Cukrzycowa	SG- KCZ IX Bogatobiałkowa	SG- KCZ XIX Położnicza	
2023-12-24, niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 30 g	
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Obiad		Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 170 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 30 g	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pasztecik z kapustą i grzybami (got.) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Semik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kompot z suszu 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Paluch drożdżowy 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Semik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Barszcz czerwony czysty b/c 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pasztecik z kapustą i grzybami (got.) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot z suszu b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Paluch drożdżowy 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Semik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 20 g Barszcz czerwony czysty 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Paluch drożdżowy 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Semik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kompot z suszu 250 ml	
PN		Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 30 g		Banan 1szt. 1 szt	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

B - Białko ogółemwg 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,