

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-22 środa	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser żółty 40g (MLE) ogórek kiszony 50g musli 20g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) twaróg z koperkiem 50g (MLE) sałata - dodatek musli 20g pomidor 50g wędlina 25g (SEL, GOR)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser żółty 40g (MLE) ogórek kiszony 50g musli 20g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)
	2. śniadanie	drożdżówka z owocem 1 szt	drożdżówka z owocem 1 szt	drożdżówka z posypką 1 szt
	Obiad	kompot 250ml zupa barszcz ukraiński 350ml (GLU, SEL, STR, GOR, SEZ, ŁUB) kasztotto 300g (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) sałata z jogurtem 150g (MLE, GLU, OZI, OAR, SOJ, GOR, SEZ)		
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) jajko 1s zł (JAJ) pomidor 50g sałata - dodatek pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL, GOR)	herbata 250ml baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek miód 25g (OZI, OAR, SEZ)	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) jajko 1s zł (JAJ) pomidor 50g sałata - dodatek pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL, GOR)
	Posiłek nocny	serek homogenizowany 1 szt		

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-23 czwartek	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) ogórek kiszony 50g musli 20g sałata - dodatek sałatka jarzynowa 70g	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g musli 20g sałata - dodatek serek śmietankowy do chleba 2 szt	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) ogórek kiszony 50g musli 20g sałata - dodatek sałatka jarzynowa 70g
	2. śniadanie	Pomarańcza 1szt		
	Obiad	kompot 250ml zupa rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) podudzie z kurczaka pieczone 1 szt (GLU, SEL, GOR, SEZ) surówka z marchewki i jabłka 150g ziemniaki 200g	kompot 250ml zupa rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) podudzie gotowane w sosie 1 szt surówka z marchewki i jabłka 150g ziemniaki 200g	kompot gorzki 250ml (S02) zupa rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) podudzie z kurczaka pieczone 1 szt (GLU, SEL, GOR, SEZ) surówka z marchewki i jabłka 150g ziemniaki 200g
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek ser topiony 50g (MLE)	herbata 250ml baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek dżem 25g	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek ser topiony 50g (MLE)
	Posiłek nocny	Kefir 1 szt (MLE)	Kefir 1 szt (MLE)	

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-24 piątek	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta twarogowa pomidorowa z bazylią 60g (MLE, SEL) sałata - dodatek musli 20g ogórek konserwowy 50g wędlina 25g (SEL, GOR)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta twarogowa pomidorowa z bazylią 60g (MLE, SEL) sałata - dodatek musli 20g pomidor 50g wędlina 25g (SEL, GOR)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta twarogowa pomidorowa z bazylią 60g (MLE, SEL) sałata - dodatek musli 20g ogórek konserwowy 50g wędlina 25g (SEL, GOR)
	2. śniadanie	sok warzywny 1szt	sok warzywny 1szt	sok warzywny 1szt
	Obiad	kompot 250ml zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, SEL, RYB, SEZ, ŻYT) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszanej 150g	kompot 250ml zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) ziemniaki 200g ryba gotowana 100g (SEL, RYB, SOJ, GOR, SEZ) brokuły 150g sos koperkowy 80ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ)	kompot gorzki 250ml (S02) zupa koperkowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) ryba gotowana 100g (SEL, RYB, SOJ, GOR, SEZ) brokuły 150g ziemniaki 200g sos koperkowy 80ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ)
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek jajko gotowane 1/2szt (JAJ)	herbata 250ml baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek miód 25g (OZI, OAR, SEZ)	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek jajko gotowane 1/2szt (JAJ)
	Posiłek nocny	serek wiejski 1 szt		

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-25 sobota	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g rzodkiewka 50g serek do chleba śmietankowy 2szt	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g pomidor 50g serek do chleba śmietankowy 2 szt	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g rzodkiewka 50g serek do chleba śmietankowy 2 szt
	2. śniadanie	jabłko 1szt		
	Obiad	kompot 250ml zupa krupnik 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) makaron z sosem mięsno-jarzynowym 400g (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ)		zupa krupnik 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) makaron z sosem mięsno-jarzynowym 400g (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ)
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser topiony 50g (MLE) ogórek zielony 50g wędlina 25g (SEL, GOR)	herbata 250ml bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 50g sałata - dodatek twarożek z bazylia 40g (MLE)	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser topiony 50g (MLE) pomidor 50g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)
	Posiłek nocny	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU)		

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-26 niedziela	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) Parówka 70g (MWŁ, MWP, SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g papryka konserwowa 50g (S02) ser żółty 25 g (MLE)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) Parówka 70g (MWŁ, MWP, SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g pomidor 50g twaróg 40g (MLE)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) Parówka 70g (MWŁ, MWP, SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g papryka konserwowa 50g (S02) bułka grahamka 40g (GLU, JAJ, ŻYT) ser żółty 25g (MLE)
	2. śniadanie	sok owocowy 1szt		sok warzywny 1szt
	Obiad	kompot 250ml Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) kotlet z kurczaka 80g (GLU, JAJ) ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL, SOJ, GOR, SEZ)	kompot 250ml Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) ziemniaki 200g roladka drobiowa w jarzynach 180g (GLU, SEL, GOR, SEZ) sałata z sosem vinegrette 150g (GLU, OZI, OAR, SOJ, GOR, SEZ)	kompot gorzki 250ml (S02) Zupa brokułowa z ryżem 350ml (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) ziemniaki 200g roladka drobiowa w jarzynach 180g (GLU, SEL, GOR, SEZ) sałata z sosem vinegrette 150g (GLU, OZI, OAR, SOJ, GOR, SEZ)
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (GLU, JAJ, SEL, SEZ) pomidor 50g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)	herbata 250ml baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek pomidor 50g dżem 25g	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (GLU, JAJ, SEL, SEZ) pomidor 50g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)
	Posiłek nocny	Kefir 1 szt (MLE)		

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser żółty 40g (MLE) ogórek kiszony 30g musli 20g pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL, GOR)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g serek do smarowania2 szt	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) ser żółty 40g (MLE) ogórek kiszony 30g musli 20g pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL, GOR)
	2. śniadanie	drożdżówka z owocami 1 szt		drożdżówka z posypką 1 szt
	Obiad	kompot250ml zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) pieczeń duszona w sosie 180g ziemniaki 200g surówka z kapustybiałej 150g (SEL, SOJ, GOR, SEZ)	kompot250ml zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) szuka mięsa duszona w sosie 180g ziemniaki 200g cukinia 150g (SEL, SOJ, GOR, SEZ)	kompot gorzki 250ml (S02) zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL, SOJ, GOR, SEZ) szuka mięsa duszona w sosie 180g ziemniaki 200g cukinia 150g (SEL, SOJ, GOR, SEZ)
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 30g jajko gotowane 1/2szt (JAJ)	herbata 250ml pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 30g baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) miód 25g (OZI, OAR, SEZ)	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) pomidor 30g jajko gotowane 1/2szt (JAJ)
	Posiłek nocny	serek homogenizowany 1 szt		

		podstawowa BG	łatwostrawna BG	cukrzycowa BG
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g ogórek kiszony 50g ser topiony 50g (MLE)	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) bułka kajzerka 50g (GLU, JAJ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g pomidor 50g serek do chleba 2 szt	jogurt naturalny 150g (MLE, GLU) kawa zbożowa gorzka 250ml (MLE, GLU, ŁUB) pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) wędlina 40g (SEL, GOR) sałata - dodatek musli 20g ogórek kiszony 50g ser topiony 50g (MLE)
	2. śniadanie	Pomarańcza 1szt		
	Obiad	kompot 250ml zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ) kiełbasa pieczona z cebulką 100g (SEL, SOJ, GOR, SEZ) Panszkraut 300g	kompot 250ml zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ) pulpet gotowany 80g (GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR, SEZ, ŻYT) ziemniaki 200g buraki 150g sos żółty 100ml (MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ)	kompot gorzki 250ml (S02) zupa pomidorowa z ryżem 350ml (MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ) pulpet gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR, SEZ, ŻYT) sałata z sosem vinegrette 150g (GLU, OZI, OAR, SOJ, GOR, SEZ) ziemniaki 200g sos żółty 100ml (MLE, SEL, SOJ, GOR, SEZ)
	Kolacja	herbata 250ml pieczywo zwykłe 100g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta a'la tzatziki 60g (MLE) pomidor 50g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)	herbata 250ml pieczywo zwykłe 50g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) twaróg z koperkiem 50g (MLE) pomidor 50g baton 50g (GLU, JAJ, SEZ) sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)	herbata gorzka 250ml pieczywo razowe 130g (GLU, JAJ, SEZ, ŻYT) masło 20g (MLE) pasta a'la tzatziki 60g (MLE) pomidor 50g sałata - dodatek wędlina 25g (SEL, GOR)
	Posiłek nocny	serek wiejski 1 szt		

Oznaczenia alergenów:

MLE	- Białko mleka krowiego,
GLU	- Gluten,
JAJ	- Jaja kurze,
MWŁ	- Mięso wołowe,
MWP	- Mięso wieprzowe,
OZI	- Orzechy ziemne,
OAR	- Orzechy archaidowe,
OWŁ	- Orzechy włoskie,
SEL	- Seler,
S02	- Dwutlenek siarki / siarczyny,
RYB	- Ryby,
SKO	- Skorupiaki,
MIE	- Mięczaki,
SOJ	- Soja,
STR	- Rośliny strączkowe,
GOR	- Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ	- Ziarno sezamu,
ŁUB	- Łubin i produkty pochodne,
ŻYT	- Żyto,
KAM	- Kamut,

Oznaczenia wskaźników odż.:

- Energia,
- Białko ogółem,
- Tłuszcz,
- Węglowodany ogółem,
- Procent energii z białka,
- Witamina C,
- kw. tłuszcz. nasycone ogółem,
- Błonnik pokarmowy,