

		SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
2023-11-13 poniedziałek	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Pomidor b/skórki 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 70 g Miód (25g) 2 szt Buraczki gotowane () 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 150 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 100 g Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kolekt z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SO2,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kolekt z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 100ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 250 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana * (). 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kolekt z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml Podplomyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE,)	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml Podplomyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE,)	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml Podplomyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Ser żółty 50 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2329,92 kcal; B: 79,32 g; T: 76,78 g; W: 344,42 g;	E: 2799,39 kcal; B: 97,94 g; T: 96,49 g; W: 394,93 g;	E: 2255,41 kcal; B: 94,71 g; T: 70,57 g; W: 320,94 g;	E: 2244,12 kcal; B: 93,48 g; T: 48,25 g; W: 371,70 g;	E: 2026,88 kcal; B: 96,32 g; T: 59,20 g; W: 294,78 g;	E: 2945,96 kcal; B: 121,35 g; T: 94,95 g; W: 423,20 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzusiłkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolemowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasztecik drobiowy z kurnej polki 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Dżem 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g
2023-11-14 wtorek Obiad	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos cygański 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Dyńia z wody 150 g Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos szpinakowy* 150 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos cygański 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa duszona 90 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Soszynka 150 g (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa duszona 90 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
				Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Brzoskwinia 1 szt 1 szt
Kolejnie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta warzywna* (bez oleju) 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2491.72 kcal; B: 104.70 g; T: 84.89 g; W: 342.92 g;	E: 2762.62 kcal; B: 125.33 g; T: 94.95 g; W: 363.84 g;	E: 2327.89 kcal; B: 107.53 g; T: 77.76 g; W: 312.91 g;	E: 2240.39 kcal; B: 112.80 g; T: 50.84 g; W: 342.90 g;	E: 2253.39 kcal; B: 113.16 g; T: 79.50 g; W: 282.58 g;	E: 2884.45 kcal; B: 137.73 g; T: 111.11 g; W: 349.07 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-11-13 do dnia 2023-11-26 KUCHNIA SZCZECIN UNII LUBELSKIEJ

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek Fromage 80 g (GLU PSZ, MLE,) Papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,)
	II ŚN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Biskopki b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Chleb razowy pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Papryka świeża 100 g	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE,)
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(¹) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki (¹) 200 g Kolekt mielony wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Salatka szwedzka z olejem 100 g (GOR,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (¹) 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(¹). 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki (¹) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (¹) 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(¹) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki (¹) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Buraczki oprószane (¹) 150 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(¹) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki (¹) 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*(¹) 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki (¹) 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (¹) 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml Salatka szwedzka z olejem 100 g (GOR,)	
	PD	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)			Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Surówka z selera i marchwi z olejem (¹) b/c 150 g (SEL,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Surówka z selera i marchwi z olejem (¹) 200 g (SEL,) Gruszka 1szt. 150 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z fasoli 100 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (¹) 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pasta z fasoli 50 g Pomidor 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2917.16 kcal; B: 99.43 g; T: 102.80 g; W: 419.23 g;	E: 3065.65 kcal; B: 118.11 g; T: 108.36 g; W: 410.31 g;	E: 2362.80 kcal; B: 95.39 g; T: 70.09 g; W: 349.47 g;	E: 2367.64 kcal; B: 98.21 g; T: 43.67 g; W: 409.60 g;	E: 2099.13 kcal; B: 93.31 g; T: 64.01 g; W: 311.07 g;

		SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
2023-11-16 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 150 g (MLE.) Dynia z wody 100 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 200 g (MLE.) Ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II SN		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki () 200 g Gołąbek siekany z mięsa wp 120 g (JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i marchwi () 150 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięs drobi i warzywami b/brokula* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięs drobi i warzywami b/brokula* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięs drobi i warzywami b/brokula* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto (ryż brązowy) z warzy i mięsem drobi* 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki () 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Gołąbek siekany z mięsa wp 120 g (JAJ.) Surówka z selera i marchwi () 150 g (MLE, SEL.) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE.)	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (MLE.)	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.) Herbalniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 16,67 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2296.45 kcal; B: 86.57 g; T: 72.64 g; W: 339.15 g;	E: 2657.71 kcal; B: 104.82 g; T: 78.59 g; W: 391.79 g;	E: 2210.20 kcal; B: 95.69 g; T: 77.43 g; W: 287.95 g;	E: 2238.67 kcal; B: 105.83 g; T: 47.48 g; W: 352.27 g;	E: 1903.30 kcal; B: 94.25 g; T: 63.77 g; W: 245.83 g;	E: 2767.43 kcal; B: 117.51 g; T: 87.80 g; W: 394.39 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Dżem 70 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb Graham 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Pomidor 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
		II SN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ogórek kiszony 100 g	Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (MLE,) Sliwka szt 2 szt
	Obiad	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku * (bez cukru) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Warzywa po grecku * (bez cukru, bez oleju) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Warzywa po grecku * (bez cukru, bez oleju) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g (RYB,) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Dyniowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Ryba gotowana (Morszczuk) 160 g (RYB,) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,) Herbatniki 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,) Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE,)	Salatka z brokulem ciecierzycą i serem typu feta 150 g (JAJ, MLE, GOR,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Salatka z brokulem ciecierzycą i serem typu feta 200 g (JAJ, MLE, GOR,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE,) Marchew gotowana z olejem* (bez oleju) 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Ogórek świeży 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2563.38 kcal; B: 105.08 g; T: 93.82 g; W: 339.64 g;	E: 2890.40 kcal; B: 122.60 g; T: 100.49 g; W: 383.47 g;	E: 2345.43 kcal; B: 94.58 g; T: 75.07 g; W: 334.75 g;	E: 2317.09 kcal; B: 101.24 g; T: 49.89 g; W: 380.29 g;	E: 2028.49 kcal; B: 97.21 g; T: 80.07 g; W: 246.62 g;	E: 2875.83 kcal; B: 139.77 g; T: 105.17 g; W: 364.55 g;	

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Papryka świeża 150 g Salata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II ŚN		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)		Galaretka o smaku truskawkowym 200 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 100 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Gulasz z udźca z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z udźca z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz z udźca z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza gryczana 200 g Gulasz z udźca z warzywami* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Dynamis z wody 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml (MLE, SEL,) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Jabłko 1 szt 150g 1 szt	Makaron drobny na mleku z jabłkiem prażonym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Podpiomyki b/c 50 g (GLU PSZ, MLE,)	Makaron drobny na mleku z jabłkiem prażonym 200 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)
	Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Dynamis z wody 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kołagen wołowy 100 g Rzodkiew biała 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml Musztarda 20 g (GOR,)
		E: 2557.17 kcal; B: 103.10 g; T: 92.49 g; W: 344.97 g;	E: 2878.49 kcal; B: 125.07 g; T: 102.73 g; W: 374.23 g;	E: 2317.97 kcal; B: 95.08 g; T: 84.68 g; W: 302.65 g;	E: 2232.55 kcal; B: 109.61 g; T: 47.30 g; W: 355.25 g;	E: 2045.89 kcal; B: 96.47 g; T: 64.80 g; W: 293.79 g;	E: 2846.03 kcal; B: 130.86 g; T: 105.09 g; W: 371.99 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 150 g (MLE,) Dżem 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twarożek 150 g (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Plątki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 150 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 150 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II ŚN		Gruszka 1szk. 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Miód (25g) 1 szt Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Gruszka 1szk. 150 g
Obiad	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Kurczak pieczony 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Kurczak gotowany 200 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Kurczak gotowany z udźca kurczaka 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Gryśkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Kurczak gotowany 200 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Rosół z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki (I) 200 g Kurczak pieczony 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ, MLE, GOR,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Surówka z rzepy białej i jabłka (I) 150 g (MLE,)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 70 g (SOJ, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Ogórek świeży 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2453,56 kcal; B: 123,05 g; T: 99,62 g; W: 276,10 g;	E: 2740,79 kcal; B: 132,87 g; T: 107,40 g; W: 316,15 g;	E: 2429,37 kcal; B: 134,04 g; T: 98,70 g; W: 262,61 g;	E: 2308,54 kcal; B: 106,58 g; T: 50,12 g; W: 368,02 g;	E: 2200,01 kcal; B: 122,40 g; T: 84,76 g; W: 252,28 g;	E: 2839,29 kcal; B: 142,37 g; T: 106,71 g; W: 347,26 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzykowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-20 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 60 g (MLE,) Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Marchew gotowana z olejem* 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Kasza kukurydziana na mleku. 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 60 g (MLE,) Rzodkiew biała 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II SN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ogórek kiszony 100 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Mus z brzoskwiń 100 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Naleśniki z serem 240 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Kłopsik drobiowy z udźca 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (MLE,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
	PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Dżem 25 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 50 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Dżem 50 g	Salatka z peęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Salatka z peęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pasta warzywna* 100 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 100 g (SEL,) Pomidor 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2854.72 kcal; B: 94.25 g; T: 82.69 g; W: 455.88 g;	E: 2755.12 kcal; B: 118.75 g; T: 91.73 g; W: 370.77 g;	E: 2833.33 kcal; B: 94.49 g; T: 77.07 g; W: 455.08 g;	E: 2726.52 kcal; B: 107.53 g; T: 51.97 g; W: 474.67 g;	E: 2319.35 kcal; B: 96.78 g; T: 82.73 g; W: 315.11 g;	E: 2830.44 kcal; B: 113.92 g; T: 99.45 g; W: 391.67 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolemowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr		
2023-11-21 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	
		Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Ogórek świeży 50 g	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)
	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Cukinia pieczona z olejem 150 g	Cukinia pieczona (bez oleju) 150 g	Cukinia pieczona (bez oleju) 150 g	Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ogórek świeży 150 g	Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g
	Papryka konserwowa 50 g	Ogórek świeży 50 g	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)		Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)						
II SN		Galaretką o smaku truskawkowym 250 g		Galaretką o smaku truskawkowym 250 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
		Śliwka szt 2 szt			Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)		
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z ziemniakami (*)-dieta b/brokula i kalafiora 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z ziemniakami (*)-podstawa. 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)		
	Ziemniaki () 200 g	Ziemniaki () 200 g	Ziemniaki () 200 g	Ziemniaki () 200 g	Ziemniaki () 200 g	Ziemniaki () 250 g		
PD	Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Filet z kurczaka duszony 80 g (GLU PSZ.)	Pulpet drobiowy z indyka 90 g (GLU PSZ, JAJ.)	Filet z kurczaka duszony 80 g (GLU PSZ.)	Filet z kurczaka duszony 80 g (GLU PSZ.)		
	Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)		
Kolacja	Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)	Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)	Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)		
	Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml		Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.)		
	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Twarożek 50 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)		
				Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Pomidor 100 g	Ser topiony 50 g (MLE.)		
						Śliwka szt 2 szt		
	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)		
	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)		
	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Masło extra 82% 16,67 g (MLE.)	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)	Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.)	Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.)	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)		
	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Salata zielona 20 g	Dynia z wody 150 g	Salata zielona 20 g	Pomidor 150 g		
	Majonez 20 g (JAJ, GOR.)	Twarożek 100 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml		
	Salata zielona 20 g	Majonez 20 g (JAJ, GOR.)						
	Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Salata zielona 20 g						
		Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml						
	E: 2476.33 kcal; B: 85.04 g; T: 97.93 g; W: 327.07 g;	E: 2969.07 kcal; B: 110.00 g; T: 102.33 g; W: 409.00 g;	E: 2304.66 kcal; B: 90.17 g; T: 76.52 g; W: 326.68 g;	E: 2263.87 kcal; B: 108.73 g; T: 48.77 g; W: 356.60 g;	E: 2216.09 kcal; B: 109.81 g; T: 72.83 g; W: 301.04 g;	E: 2928.11 kcal; B: 125.25 g; T: 101.26 g; W: 400.39 g;		

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolemowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Szczypek gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Płatki owsiane na mleku. 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Frankfurterki 100 g (SOJ,) Ketchup 20 g (SEL,) Papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Gruszka 1szt. 150 g Koktajl bananowy 200 ml (MLE,)
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ziemniaki () 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ziemniaki () 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i marchwi () 150 g (MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i marchwi () 150 g (MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ziemniaki () 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami ()* 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ziemniaki () 200 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z selera i marchwi () 100 g (MLE, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Salatka z kapusty czerwonej z jabłkiem i cebulką b/c () 150 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Paszтет z fasoli* 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Paszтет z fasoli* 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Salatka jarzynowa - dieła ()* 150 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR,) Salatka jarzynowa - dieła ()* 150 g (MLE, SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 70 g (SOJ, GOR,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka łostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR,) Paszтет z fasoli* 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidor 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
		E: 2714.57 kcal; B: 91.48 g; T: 99.59 g; W: 380.25 g;	E: 2864.97 kcal; B: 95.99 g; T: 105.38 g; W: 395.85 g;	E: 2381.03 kcal; B: 92.84 g; T: 76.73 g; W: 339.34 g;	E: 2309.04 kcal; B: 98.25 g; T: 47.73 g; W: 383.29 g;	E: 2062.34 kcal; B: 96.06 g; T: 66.14 g; W: 290.70 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr	
2023-11-23 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dymia z wody 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Ogórek kiszony 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE,) Płatki kukurydziane 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pomidor 100 g	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,) Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron drobny 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona (bez oleju)* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* - dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,)	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,)	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa drob udziec* 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR,)
	PD	Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (GLU PSZ, MLE,)	Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 300 g (GLU PSZ, MLE,)	Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (GLU PSZ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Papryka świeża 100 g	Kasza manna na mleku z truskawkami (gotowanymi) 200 g (GLU PSZ, MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 50 g Paprykarz szczeciński 100 g (RYB, SOJ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Marchew gotowana (bez oleju)* 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,) Rzodkiewka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2489.83 kcal; B: 84.89 g; T: 91.44 g; W: 345.25 g;	E: 2800.12 kcal; B: 106.99 g; T: 97.39 g; W: 382.18 g;	E: 2292.80 kcal; B: 93.15 g; T: 87.27 g; W: 294.02 g;	E: 2310.94 kcal; B: 103.78 g; T: 50.95 g; W: 369.05 g;	E: 2171.44 kcal; B: 92.47 g; T: 84.03 g; W: 278.25 g;	E: 2776.73 kcal; B: 113.82 g; T: 108.18 g; W: 355.99 g;	

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskłowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolemowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 150 g (MLE,) Dżem 70 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Dżem 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Papryka świeża 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
II SN		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 200 ml		Kisiel z czarnej porzeczki z/c* 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Kisiel z czarnej porzeczki b/c* 200 ml
Obiad	Marchewkowa z ziemniakami *(), 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Marchewkowa z ziemniakami *() 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Marchewkowa z ziemniakami *() 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju)* 150 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kalańior gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Marchewkowa z ziemniakami *(). 400 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pomidor 100 g	Salatka z makaronu razowego z brokulem 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Majonez 20 g (JAJ, GOR,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Majonez 20 g (JAJ, GOR,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 20 g Dyńia z wody 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL,) Dyńia z wody 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL,) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Majonez 20 g (JAJ, GOR,) Rzodkiew biała 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2614.15 kcal; B: 93.35 g; T: 99.01 g; W: 350.99 g;	E: 2753.42 kcal; B: 106.36 g; T: 101.28 g; W: 363.03 g;	E: 2340.10 kcal; B: 107.58 g; T: 74.31 g; W: 318.56 g;	E: 2098.04 kcal; B: 90.16 g; T: 36.73 g; W: 362.69 g;	E: 1965.92 kcal; B: 90.87 g; T: 70.03 g; W: 261.58 g;	E: 2795.33 kcal; B: 106.11 g; T: 107.26 g; W: 370.43 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzustkowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolowa	SZ-UL Dieta Mamy III trymestr
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL,) Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Parówki z fileta z kurczaka wyrób drobiowy homogenizowany, wędzony, parzony bez osłonki 80 g Pomidor 50 g Ketchup 20 g (SEL,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Seler z pietruszką gotowany (bez oleju) 50 g (GLU PSZ, SEL,) Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Kielbasa biała luksusowa-produkt bezglutenowy z kurczaka średnio rozdrobniony, parzony, w osłonce jadalnej-kolagen wołowy 100 g Ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,)
	II ŚN			Bulka maślana 1 szt 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Papryka świeża 100 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
2023-11-25 sobota						
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kociółek meksykański z wieprzowiną i fasolą 300 g (SEL,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószone () 150 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL,) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 250 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL,) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
PD	Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,)	Makaron drobny z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE,)	Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce jadalnej 30 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g	Makaron drobny z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE,)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bulka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GQR,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z kurczaka 100 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z kurczaka 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2440.65 kcal; B: 82.14 g; T: 89.81 g; W: 339.05 g;	E: 2795.97 kcal; B: 94.87 g; T: 97.07 g; W: 393.84 g;	E: 2302.50 kcal; B: 93.50 g; T: 61.91 g; W: 353.15 g;	E: 2430.25 kcal; B: 117.60 g; T: 45.62 g; W: 402.92 g;	E: 2121.29 kcal; B: 110.68 g; T: 65.19 g; W: 297.83 g;	E: 2901.02 kcal; B: 128.98 g; T: 92.26 g; W: 415.91 g;

	SZ-UL Normalna	SZ-UL Normalna dla dzieci	SZ-UL Łatwo strawna	SZ-UL Trzuskowa/Wątrobowa	SZ-UL Cukrzycowa niskocholesterolemowa	SZ-UL Dieta Matki III trymestr	
2023-11-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Tatrzaska drobiowa z zapiecka-kiełbasa drobiowo wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 50 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Poleđwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona 50 g Pomidor b/skórki 50 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Poleđwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dyńia z wody 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Poleđwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dyńia z wody 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Poleđwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 70 g Rzodkiew biała 50 g Kawa z mlekiem instant b/c. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Poleđwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Rzodkiew biała 150 g Kawa z mlekiem instant. 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (MLE,)	Kiwi 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (MLE,)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 160 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,) Rodzynki 30g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Brokol gotowany* 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 100 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 75g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU JECZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 150 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 75 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 150 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z twarogu z cukrem wanilinowym 150 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z siemienia z nalką pietruszki 100 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 16,67 g (MLE,) Pasta z twarogu z siemienia z nalką pietruszki 150 g (MLE,) Pomidor 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml
	E: 2518.97 kcal; B: 96.79 g; T: 80.53 g; W: 364.43 g;	E: 2857.12 kcal; B: 113.86 g; T: 86.24 g; W: 413.51 g;	E: 2290.68 kcal; B: 102.32 g; T: 65.39 g; W: 329.15 g;	E: 2359.02 kcal; B: 125.39 g; T: 44.88 g; W: 370.38 g;	E: 1932.76 kcal; B: 103.43 g; T: 59.89 g; W: 265.94 g;	E: 2799.11 kcal; B: 161.02 g; T: 94.14 g; W: 349.67 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

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,