

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
17.03.2025 poniedziałek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasztet zapiekany 60 g ogórek kiszony 100 g sałata zielona 8g 8 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 50 g papryka świeża 100 g sałata zielona 8g 8 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	makaron drobny na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 50 g sałata zielona 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g dynia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		sok owocowy 200ml 200 g		jogurt naturalny 1szt. 150 g	Kisiel z porzeczek z/c 250 ml chrupki kukurydziane 50 g
	Obiad	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g jajko gotowane 2 szt. 100 g sos chrzanowy 100 ml surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml Naleśniki z serem 240 g sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g jajko gotowane 2 szt. 100 g sos koperkowy 100 ml szpinak gotowany - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml surówka z kap. pekińskiej i marchwi 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	barszcz czerwony z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml szpinak gotowany - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g rzodkiewka 40 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 400 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g Herbata czarna b/c 400 ml rzodkiewka 40 g sałata zielona 8g 8 g	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g rzodkiewka 40 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g serek wiejski 200 g dżem owocowy 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	pączek 1 szt	banan 200 g	drożdżówka 1 szt	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g sałatka z soczewicą kons. 150 g sałata zielona 20 g	sok owocowy 200ml 200 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
18.03.2025 wtorek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g pomidor 100 g szczypiorek 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g pomidor 100 g szczypiorek 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	płatki owsiane na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g salata zielona 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu 100 g szczypiorek 20 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu 100 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		jogurt truskawkowy 150 g		sok wielowarzywny 300 ml	biszkopty 50 g
	Obiad	żurek z ziemniakami 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g gulasz węgierski 300 g sałatka wiosenna z sosem vinegret 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	żurek z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	żurek z ziemniakami 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g sałatka wiosenna z sosem vinegret 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy z szynki - dieta 200 g sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g sałatka jarzynowa 200 g Herbata czarna b/c 400 ml ser wędzony 30 g	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g sałatka jarzynowa 200 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g sałatka jarzynowa - dieta 200 g wędlina 30g 30 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g sałatka jarzynowa 200 g Herbata czarna b/c 400 ml wędlina 30g 30 g	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g sałatka jarzynowa - dieta b/jabłka 200 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	ogórek świeży 100 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g	ogórek świeży 100 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g ser żółty 30 g	pomidor 100 g chleb pszenny krojony 30 g masło 82% tł. 5 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g ogórek świeży 100 g	chleb pszenny krojony 30 g masło 82% tł. 5 g wędlina 30g 30 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
19.03.2025 środa	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g sałata zielona 8g 8g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g papryka świeża 100 g sałata zielona 8g 8g kawa z mlekiem b/c 250 ml	zacierka na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt pomidor 100 g sałata zielona 8g 8g kawa z mlekiem b/c 250 ml ketchup 20 g	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z wędliny drob. 100 g sałata zielona 8g 8g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g pasta z wędliny drob. 80 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna b/c 400 ml
	II ŚN		koktajl truskawkowo-banany 200 ml		jogurt naturalny 1szt. 150 g	wafle ryżowe 50 g sok pomidorowy 300 ml
	Obiad	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka duszony 120 g Sos jarzynowy 100 ml mizeria 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml		grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka gotowany 120 g dynia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml Sos jarzynowy 100 ml	kalafiorowa z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka gotowany 120 g Sos jarzynowy 100 ml mizeria 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka gotowany 120 g Sos jarzynowy 100 ml mizeria 130 g dynia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyłt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g dżem owocowy 25 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g sałata zielona 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	serek homogezyinowany waniliowy 150 g	biszkopty 50 g	serek homogezyinowany waniliowy 150 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g pasta z soczewicy 80 g sałata zielona 20 g	skyr waniliowy 150 g	

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
20.03.2025 czwartek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żył. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g ogórek świeży 100 g sałata zielona 10 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 30 g bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g sałata zielona 10 g kawa z mlekiem b/c 250 ml ogórek świeży 100 g	kasza manna na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml miód 2 szt. 50 g	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu 100 g sałata zielona 10 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g skyr naturalny 150 g miód 2 szt. 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml
	II ŚN		mandarynka 100 g		kefir 1szt. 150 g	herbatniki 50 g sok owocowy 200ml 200 g
	Obiad	grochówka z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g bitka z karkówki 80 g Sos cygański 150 ml surówka z selera 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	grochówka z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g sos pietruszkowy 100 ml surówka z selera 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g sos pietruszkowy 100 ml seler gotowany 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	grochówka z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g sos pietruszkowy 150 ml surówka z selera 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	marchewkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g sos pietruszkowy 100 ml seler gotowany 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina wieprzowa 30 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml ser topiony 50 g	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt. chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g sałata zielona 20 g wędlina 50 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g sałata zielona 20 g wędlina 50 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g szpinak gotowany - dieta 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g			chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g pomidor 100 g	budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g	

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
21.03.2025 piątek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g szczypiorek 20 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml szczypiorek 20 g	ryż na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml szczypiorek 20 g	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g wioszczyzna kostka gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		serek homogezyzowany waniliowy 150 g		jogurt naturalny 1szt. 150 g	
	Obiad	zacierkowa - dieta 300 ml ziemniaki gotowane 200 g kotlet z ryby 100 g surówka z kiszzonej kap. 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zacierkowa - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g kotlet z ryby 100 g surówka z kiszzonej kap. 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zacierkowa - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g ryba gotowana 120 g sos koperkowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zacierkowa - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g ryba gotowana 120 g sos koperkowy 100 ml surówka z kiszzonej kap. 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zacierkowa - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g ryba gotowana 120 g sos koperkowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	sałata lodowa 8 g chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g ser żółty 60 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	sałata lodowa 8 g bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g ser żółty 60 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g twaróg krajanka 100g 100 g dżem owocowy 50 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	sałata lodowa 8 g chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 100g 100 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 100g 100 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	sok wielowarzywny 300 ml	sok warzywno-owocowy przecier. 300ml 330 g	sok wielowarzywny 300 ml	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g sałatka z soczewicą kons. 150 g rzodkiewka 40 g	sok pomidorowy 300 ml chrupki kukurydziane 50 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
22.03.2025 sobota	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek do smarowania smakowy 80 g sałata lodowa 8 g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek do smarowania 80 g sałata lodowa 8 g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	zacierka na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek do smarowania 80 g miód 2 szt. 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g pomidor 100 g sałata lodowa 8 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g wędlina 50 g marchewka gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		rogal 1 szt dżem owocowy 25 g		kefir 1szt. 150 g	rogal 1 szt dżem owocowy 25 g
	Obiad	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 200 g buraczki duszone 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml			pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 200 g kalafior gotowany 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml	pomidorowa z ryżem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Potrawka drobiowa 200 g buraczki duszone 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g wędlina 30g 30 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z białek jaj z kop. 100 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g pasta z białek jaj z kop. 100 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	Kisiel z porzeczki z/c 250 ml			chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g Paszтет z fasoli 100 g ogórek konserwowy 100 g	Kisiel z porzeczki z/c 250 ml

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
23.03.2025 niedziela	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g kiełbasa biała 120 g musztarda 20 g papryka świeża 100 g sałata lodowa 8 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	płatki owsiane na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g sałata lodowa 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek homogenizowany nat. 150 g sałata lodowa 8 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g skyr naturalny 150 g miód 2 szt. 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml
	II ŚN		mandarynka 100 g		chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g sok pomidorowy 300 ml	chleb pszenny krojony 30 g sok pomidorowy 300 ml masło 82% tł. 5 g
	Obiad	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g sałatka wiosenna z sosem vinegret 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml marchewka gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml marchewka gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml Ryż brązowy na sypko 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml sałatka wiosenna z sosem vinegret 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	selerowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos koperkowy 100 ml marchewka gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina wieprzowa 60 g sałata lodowa 8 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g dżem owocowy 50 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z mięsa drob. 100 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g pasta z mięsa drob. 100 g włoszczyzna kostka gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	serek homogeizowany waniliowy 150 g			chleb razowy 30 g masło 82% tł. 5 g rzodkiewka 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g	serek homogeizowany waniliowy 150 g	

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
24.03.2025 poniedziałek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek homogenizowany nat. 150 g sałata lodowa 8 g rzodkiewka 40 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek homogenizowany nat. 150 g sałata lodowa 20 g rzodkiewka 40 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	ryż na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek homogenizowany nat. 150 g dżem owocowy 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek homogenizowany nat. 150 g sałata lodowa 8 g rzodkiewka 40 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g serek homogenizowany nat. 150 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		serek homogenizowany brzoskwinowy 150 g		sok wielowarzywny 300 ml	jogurt owocowy brzoskwinowy 1szt 150 g
	Obiad	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml surówka z białej kapusty 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g sos jogurtowo-truskawkowy z/c 150 ml kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g seler gotowany 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml sos pomidorowy 100 ml surówka z białej kapusty 130 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g	szpinakowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 250 ml sos pomidorowy 100 ml Zrazik drobiowy z udźca gotowany 90 g seler gotowany 130 g
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g paprykarz z makrelą 100 g sałata lodowa 8 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g sałata lodowa 8 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g sałata lodowa 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g paprykarz z makrelą 100 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	pomarańcza 1 szt		mandarynka 100 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g pasta z soczewicy 80 g	skyr waniliowy 150 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
25.03.2025 wtorek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g Paszтет z fasoli 50 g ogórek kiszony 100 g sałata zielona 8g 8 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g ogórek świeży 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	makaron drobny na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 60 g sałata zielona 8g 8 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 60 g wioszczyzna 3 skl. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		jablko 150 g		jogurt naturalny 1szt. 150 g	biszkopty 50 g
	Obiad	jarzynowa z ziemniakami 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g łopatka wieprzowa duszona 90 g sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml sos własny mięsny 100 ml	jarzynowa z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g schab duszony 80 g sos własny mięsny 100 ml sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g schab duszony 80 g sos własny mięsny 100 ml sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	jarzynowa z ziemniakami 400 ml kasza jęczmienna na sypko 200 g schab duszony 80 g sos własny mięsny 100 ml fasolka szparagowa gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zupa ziemniaczana - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g schab duszony 80 g sos własny mięsny 100 ml sałatka z buraczków 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g pomidor 100 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 400 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g pomidor 100 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g sałata zielona 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek homogenizowany nat. 150 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g skyr naturalny 150 g miód 2 szt. 50 g marchewka gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN		jogurt truskawkowy 150 g		chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g sałatka z soczewicą kons. 150 g sałata zielona 20 g	jogurt truskawkowy 150 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
26.03.2025 środa	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żył. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g sałata zielona 8g 8 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g sałata zielona 8g 8 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	kasza manna na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g sałata zielona 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z białek jaj z kop. 100 g sałata zielona 8g 8 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g pasta z białek jaj z kop. 70 g seler gotowany 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml		kefir 1szt. 150 g	chleb pszenny krojony 30 g Pasta warzywna 100 g
	Obiad	fasolowa z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g kotlet mielony 90 g marchew z groszkiem 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml		dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml szpinak gotowany - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	fasolowa z ziemniakami 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml szpinak gotowany - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml szpinak gotowany - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml sałata zielona 8g 8 g	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml sałata zielona 8g 8 g	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z makreli z cebulą i jajkiem 100 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g serek wiejski 200 g dżem owocowy 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	sok wielowarzywny 300 ml	herbatniki 50 g	sok wielowarzywny 300 ml	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g sałata zielona 20 g	sok wielowarzywny 300 ml chrupki kukurydziane 50 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
27.03.2025 czwartek	Śniadanie	chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g twaróg krajanka 100g 100 g pomidor 100 g Rukola 10 g kawa z mlekiem b/c 250 ml chleb mieszany psz.-żyt. 60 g	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g twaróg krajanka 100g 100 g dżem owocowy 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	makaron drobny na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g twaróg krajanka 100g 100 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 100g 100 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g twaróg krajanka 100g 100 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		jogurt truskawkowy 150 g		jogurt naturalny 1szt. 150 g	jogurt truskawkowy 150 g
	Obiad	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy z szynki 200 g sałatka z ogórków kiszonych 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g sos koperkowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g sos koperkowy 100 ml surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml	krupnik z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z kur. pieczony w ziołach - dieta 100 g sos koperkowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml	
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g salami wp 60 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g wędlina 60 g sałata zielona 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 60 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 60 g włoszczyzna kostka gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN		drożdżówka 1 szt		chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g pasta z fasoli 100 g	drożdżówka 1 szt

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
28.03.2025 piątek	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g sałata zielona 8g 8g ogórek świeży 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g sałata zielona 8g 8g ogórek świeży 50 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	ryż na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek wiejski 200 g sałata zielona 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g ogórek świeży 50 g sałata zielona 8g 8g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		sok owocowy 200ml 200 g		kefir 1szt. 150 g	sok owocowy 200ml 200 g
	Obiad	pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g filet z ryby smażony w cieście serowym 100 g surówka z czerwonej kapusty 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet rybny 90 g Sos jarzynowy 100 ml kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml surówka z czerwonej kapusty 130 g	pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet rybny 90 g Sos jarzynowy 100 ml kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml seler gotowany 130 g	pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet rybny 90 g Sos jarzynowy 100 ml surówka z czerwonej kapusty 130 g kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml	pomidorowa z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 250 g pulpet rybny 90 g Sos jarzynowy 100 ml kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g jajko gotowane 2 szt. 100 g sałata zielona 8g 8g Herbata czarna b/c 400 ml pomidor 100 g	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g jajko gotowane 2 szt. 100 g sałata zielona 8g 8g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g jajko gotowane 2 szt. 100 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek homogenizowany nat. 150 g sałata zielona 8g 8g pomidor 50 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g serek homogenizowany nat. 150 g Herbata czarna z/c 400 ml jabłko pieczone 150 g
PN	jabłko 150 g	koktajl truskawkowo-banany 200 ml	jabłko 150 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g sałatka z soczewicą kons. 150 g ogórek kiszony 50 g	kefir 1szt. 150 g	

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
29.03.2025 sobota	Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g kielbasa biała 120 g musztarda 20 g sałata zielona 8g 8g ogórek kiszony 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g sałata zielona 8g 8g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml chleb pszenny krojony 60 g	kasza manna na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g parówka 2 szt ketchup 20 g pomidor 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g ogórek kiszony 100 g sałata zielona 8g 8g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g wioszczyzna 3 skl. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		herbatniki 50 g		serek homogenizowany nat. 150 g	biszkopty 50 g Kisiel z porzeczeki z/c 250 ml
	Obiad	zupa pieczarkowa 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml marchewka gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	zupa pieczarkowa 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml surówka z marchwi i jabłka - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	koperkowa z ziemniakami - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g pulpet drobiowy gotowany 90 g sos pomidorowy 100 ml marchewka gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g szczypiorek 20 g rzodkiewka 40 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g rzodkiewka 40 g Herbata czarna b/c 400 ml szczypiorek 20 g	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z twarogu 100 g sałata zielona 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu 100 g rzodkiewka 40 g szczypiorek 20 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu 100 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g			chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g Paszтет z fasoli 50 g ogórek świeży 100 g	budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g

		Podstawowa	Podstawowa dziecięca (10-18 lat)	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
30.03.2025 niedziela	Śniadanie	chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g ser żółty 50 g sałata zielona 8g 8 g ogórek świeży 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml chleb mieszany psz.-żył. 60 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g ser żółty 50 g sałata zielona 8g 8 g ogórek świeży 100 g kawa z mlekiem b/c 250 ml chleb pszenny krojony 60 g	zacierka na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g serek do smarowania 80 g sałata zielona 20 g kawa z mlekiem b/c 250 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g sałata zielona 8g 8 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 5 g serek wiejski 200 g szpinak gotowany - dieta 100 g miód 2 szt. 50 g Herbata czarna z/c 400 ml
	II ŚN		galaretką o smaku truskawkowym 200 g		kefir 1szt. 150 g	galaretką o smaku truskawkowym 200 g
	Obiad	rosół z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g Udko z kurczaka pieczone 210 g surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	rosół z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udko z kurczaka gotowane 200 g Sos jarzynowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	rosół z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udko z kurczaka gotowane 200 g Sos jarzynowy 100 ml surówka z kap. pekińskiej i marchwi - dieta 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	rosół z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udko z kurczaka gotowane 200 g Sos jarzynowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml	rosół z makaronem - dieta 400 ml ziemniaki gotowane 200 g udko z kurczaka gotowane 200 g Sos jarzynowy 100 ml cukinia gotowana 130 g kompot z jabłek i porzeczeki b/c 200 ml
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 60 g chleb razowy 60 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g wędlina wieprzowa 30 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml sałata zielona 8g 8 g	chleb pszenny krojony 60 g chleb razowy 30 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g wędlina 30g 30 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z jaj z kop. - dieta 100 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb razowy 120 g masło 82% tł. 16,67 g pasta z białek jaj z kop. 100 g wędlina 30 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120 g wędlina 50 g seler gotowany 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
	PN	serek homogenizowany straciatella 200 g	serek homogenizowany brzoskwiniowy 150 g	serek homogenizowany brzoskwiniowy 150 g	chleb razowy 30 g masło 82% tł. 10 g papryka świeża 100 g	serek homogenizowany brzoskwiniowy 150 g

USK Nr 1 PUM

ul. Unii Lubelskiej 1, 71-252 Szczecin

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart.energ. - Wartość energetyczna [kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Kw.tł.nas.ogółem - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Cholesterol - Cholesterol,

Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,

suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,

WW - WW,

Sól - Sól,