

Poniedziałek 06.11.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml
	Paszтетowa 50g, pomidor	Szynka drobiowa 50g, pomidor	Szynka drobiowa 50g, pomidor	Szynka drobiowa 50g, pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt naturalny 100ml	Jogurt naturalny 100ml	Jogurt naturalny 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	zupa grochowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa350ml
	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g	Potrawka z kurczaka z warzywami 250 g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Mus z brzoskwini z cynamonem
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g papryka konserwowa	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni b/ziaren 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i ogórkiem( <b>gluten,mleko</b> ) <b>1szt</b>
Wartość odżywcza	<b>Energia 2431kcal tłuszcze 87g kw.tł.nasyc.38g białko 88g cukry 39g węglowodany 300g sól 2,6g</b>	<b>Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 80g cukry 35g węglowodany 280g sól 2,4g</b>	<b>Energia 2221kcal tłuszcze 82g kw.tł.nasyc.34g białko 80g cukry 35g węglowodany 280g sól 2,4g</b>	<b>Energia 2721kcal tłuszcze 78g kw.tł.nasyc.30g białko 75g cukry 29g węglowodany 275g sól 2,0g</b>

Wtorek 07.11.2023 r

Wtorek 07.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml
	Ser topiony ,sałata lodowa	Ser topiony sałata lodowa	Kielbasa szynkowa sałata lodowa	Kielbasa szynkowa sałata lodowa
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml( <b>seler</b> )
OBIAD	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml	Zupa szczawiowa 350ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 350ml
	Kopytka z boczkiem i cebulką 300 g	Kopytka z masłem 250 g	Kopytka z masłem 250 g	Kopytka z masłem 250 g
	Surówka z białej kapusty z olejem 150g	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g	Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem
KOLACJA	Galaretk drobiowa z warzywami 120g	Galaretk drobiowa z warzywami 120g	Galaretk drobiowa z warzywami 120g	Galaretk drobiowa z warzywami120g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g(mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2210 kcal tłuszcz 88g kw.ł.nasyc.38g białko 88g cukry 48g węglowodany 288g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 2100 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 86gcukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g</b>	<b>Energia 1710 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.25g białko 80gcukry 41g węglowodany 240g sól 2,0g</b>

środa 08.11.2023 r

środa 08.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml
	Ser żółty 40g rzodkiewki	Ser żółty 40g zielony ogórek	Szynka drobiowa 40g sok pomidorowy	Szynka drobiowa 50g sok pomidorowy
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Dżem 25g	Dżem 25g	Dżem 25g	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 350ml	zupa z fasolki szparagowej 350ml
	Gulasz 200g	Gulasz 200g	Gulasz 200g	Gulasz 200g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	buraki zasmażane 150g	buraki zasmażane 150g	buraki zasmażane 150g	buraki zasmażane 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g
KOLACJA	Pasta z jaja i wędliny 60g,kapusta pekińska z zieleniną	Pasta z jaja i wędliny 60g,kapusta pekińska z zieleniną	Tuńczyk z puszki 40g,kapusta pekińską z zieleniną	Pasta z jaja i wędliny 60g,kapusta pekińska z zieleniną
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,ryba</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,soja,jaja</b>
II KOLACJA				Budyń mleczny 150ml (mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2308 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.43g białko 83g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.40g białko 80g cukry 44g węglowodany 288g sól 2,0g</b>	<b>Energia 2108 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.40g białko 80g cukry 44g węglowodany 288g sól 2,0</b>	<b>Energia 1698 kcal tłuszcz 60g kw.ł.nasyc.38g białko 77g cukry 41g węglowodany 258g sól 2,1g</b>

czwartek 09.11.2023 r

czwartek 09.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml
	parówka 80g ketchup saszetka 1szt	parówka 80g ketchup saszetka 1szt	parówka 80g ketchup saszetka 1szt	parówka 80g ketchup saszetka 1szt
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	jabłko pieczone z cynamonem 80g	jabłko pieczone z cynamonem 80g	jabłko pieczone z cynamonem 80g	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				jabłko pieczone z cynamonem 80g
OBIAD	Brokułowa z makaronem 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml	Brokułowa z makaronem 350ml
	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy	Filet z kurczaka pieczony 120g,sos koperkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				jogurt naturalny 100 ml chrupki
KOLACJA	Paszтетowa 60g ogórek kiszony 50g	Paszтетowa 60g ogórek kiszony 50g	Kiełbasa szynkowa 60g ogórek kiszony 50g	Kiełbasa szynkowa 60g ogórek kiszony 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g Herbata z/c jogurt z owocami 100 ml	Masło 10g
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>		Herbata b/c
II KOLACJA				Kanapka z szynką i sałata 1szt (gorczyca,gluten,mleko,seler)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2318 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 89g cukry 50g węglowodany 298g sól 2,7g</b>	<b>Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g</b>	<b>Energia 2018 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.36g białko 79gcukry 44g węglowodany 278g sól 2,6g</b>	<b>Energia 1628 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g</b>

Piątek 10.11.2023 r

Piątek 10.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Twaróg 50g miód 25 g	Twaróg 50g miód 25 g	Twaróg 50g miód 25 g	Twaróg 50g mus z brzoskwini 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml
OBIAD	Barszcz ukraiński 350ml	Barszcz ukraiński 350ml	Barszcz ukraiński 350ml	Barszcz ukraiński 350ml
	Naleśnik z mięsem 2 szt	Naleśnik z mięsem 2 szt	Naleśnik z mięsem 2 szt	Naleśnik z mięsem 2 szt
	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem 150g	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem 150g	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem 150g	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z olejem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
PODWIECZOREK				Buraczki ze słonecznikiem i oliwą
KOLACJA	Sałátka jarzynowa z szynką 120 g	Sałátka jarzynowa z szynką 120 g	Sałátka jarzynowa z szynką b/jajka 120 g	Sałátka jarzynowa z szynką 120 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z serem i pomidorem 1szt(gluten,mleko)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.ł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</b>	<b>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</b>	<b>Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.ł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g</b>

sobota 11.11.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml
	Szynka mielona 50g	Szynka mielona 50g	Szynka mielona 50g	Szynka mielona 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Ogórek zielony z zieleniną 30g	Ogórek zielony z zieleniną 30g	Ogórek zielony z zieleniną 30g	Ogórek zielony z zieleniną 30g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml( mleko)
OBIAD	zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml	zupa krupnik z pęczaku b/ziemniaków 350ml
	Klopsik 100g w sosie pomidorowym	Klopsik 100g w sosie pomidorowym	Klopsik 100g w sosie pomidorowym	Klopsik 100g w sosie pomidorowym
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Brokuł z masłem i bułką150g	Brokuł z masłem i bułką150g	Brokuł z masłem i bułką150g	Brokuł z masłem i bułką150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</b>
PODWIECZOREK				Sok pomidorowy ziołowy 300ml
KOLACJA	Kiełbasa szynkowa 50g sałatka z buraka ze słonecznikiem i olejem 150g	Kiełbasa szynkowa 50g sałatka z buraka ze słonecznikiem i olejem 150g	Kiełbasa szynkowa 50g sałatka z buraka ze słonecznikiem i olejem 150g	Kiełbasa szynkowa 50g sałatka z buraka ze słonecznikiem i olejem 150g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>	<b>gluten,mleko gorczyca,seler</b>
II KOLACJA				Kanapka z tuńczykiem i kisz.ogórkiem 1szt (gluten,mleko,ryba)
Wartość odżywcza	<b>Energia 2233 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 80g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g</b>	<b>Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g</b>	<b>Energia 1630 kcal tłuszcz 70g kw.ł.nasyc.28g</b>

	<i>cukry 44g węglowodany 268g sól 2,0g</i>	<i>białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g</i>	<i>białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g</i>	<i>białko 72gcukry 37g węglowodany 240g sól 1,8g</i>
--	--	--	--	--

niedziela 12.11.2023 r

ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml
	Jajko gotowane 50g ,sos jogurtowy ze szczypiorkiem	Jajko gotowane 50g ,sos jogurtowy ze szczypiorkiem	Szynka drobiowa 50g sałata lodowa	Jajko gotowane 50g ,sos jogurtowy ze szczypiorkiem
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt z owocami 100 ml	Jogurt z owocami 100 ml	Jogurt z owocami 100 ml	Sałata lodowa
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
<b>Alergeny</b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja</i></b>
II ŚNIADANIE				Jogurt z owocami 100 ml ( <b>mleko</b> )
OBIAD	zupa ogórkowa z ryżem 350ml	zupa ogórkowa z ryżem 350ml	zupa ogórkowa z ryżem 350ml	zupa ogórkowa z ryżem 350ml
	Pulpet rybny100g sos koperkowy	Pulpet rybny100g sos koperkowy	Pulpet rybny100g sos koperkowy	Pulpet rybny100g sos koperkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka szparagowa masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa masłem i bułką 150g	Fasolka szparagowa masłem i bułką 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
<b>Alergeny</b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba</i></b>
PODWIECZOREK				Kisiel truskawkowy 200ml
KOLACJA	Pasztet pieczony 50g	Pasztet pieczony 50g	Filet z kurczaka pieczony 50g	Filet z kurczaka pieczony 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Pomidor 50g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Pomidor 50g Herbata z/c	Masło 10g Pomidor 50g Herbata z/c	Masło 10g Pomidor 50g Herbata b/c 250ml
<b>Alergeny:</b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>	<b><i>gluten,mleko gorczyca,seler</i></b>
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i ziel ogórkiem 1szt (gluten,mleko)

Wartość odżywcza	<i>Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.t.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g</i>	<i>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.t.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</i>	<i>Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.t.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g</i>	<i>Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.t.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g</i>