

DATA	POSILEK	SKŁAD	WARTOŚCI ODŻYWCZE
30.10.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 55 g , Sałata zielona 5 g, Pomidor 65 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 582,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 380,6 w tym cukry [g] 90,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 6,6
	OBIAD	Dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Twaróg półtłusty 150 g (MLE), Jabłka prażone b/c 100 g , Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 m	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ), Sałata zielona 5 g , Pasta warzywna 60 g (SEL)	
	II KOLACJA	Jogurt naturalny 150g 1 (MLE)	
31.10.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE),	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 491,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4

		Pasta z twarogu z koperkiem 110 g (<i>MLE</i>), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g , Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ</i>)	Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1
	OBIAD	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna sypko 220 g (<i>GLU JEŃCZ</i>), Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<i>GLU PSZ</i>), Sos własny 50 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g , Jabłka prażone b/c 70 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	Węglowodany ogółem [g] 338,6 w tym cukry [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 7,1
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Połędwica premium wędlna dr. średnio rozd. 55 g (<i>SOJ</i>), Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
01.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>), Ciasto marchewkowe wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 40 g (<i>GLU PSZ, JAJ</i>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 55 g (<i>SOJ</i>), Sałata zielona 5 g, Pomidor 65 g , Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ</i>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 299,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Tłuszcz [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7 Węglowodany ogółem [g] 337,6 w tym cukry [g] 59,5

	OBIAD	Jarzynowa z makaronem dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Mięso drobiowe pieczone z udźca karczaka 80 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Marchew gotowana z olejem 200 g , Jabłka prażone b/c 70 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 m	Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 7,5
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 110 g (RYB), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE),	
02.11.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 110 g (MLE), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 493,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7 Tłuszcz [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 351 w tym cukry [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	OBIAD	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ), Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos pomidorowy 50	

		ml (GLU PSZ), Cukinia pieczona z olejem * 200 g , Jabłka prażone b/c 70 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	Sól [g] 7,6
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 55 g , Sałatka jarzynowa - dieta 60 g (MLE, SEL),	
	II KOLACJA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
03.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem 50 g , Twarożek 50 g (MLE), Pomidor 65 g , Sałata zielona 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ),	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 626,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 92,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 359,4 w tym cukry [g] 77 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 7,3
	OBIAD	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 110 g (GLU PSZ, JAJ, RYB), Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE), Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (SEL), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c	

		220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 120 g (JAJ, MLE), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g , Banan 1szt. 1 szt	
	II KOLACJA	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
04.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 55 g , Sałata zielona 5 g, Pomidor 65 g , Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ),	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 347,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,3 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 336,7 w tym cukry [g] 52,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 9,4
	OBIAD	Koperkowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ), Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL), Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 55 g	

		(<i>SOJ</i>), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Sok pomidorowy 0,3l 1 sz	
05.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>), Ciasto marchewkowe wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 40 g (<i>GLU PSZ, JAJ</i>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Twarożek 110 g (<i>MLE</i>), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g , Kakao z mlekiem 220 ml (<i>MLE</i>),	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 699,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,9 Tłuszcz [g] 100,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7
	OBIAD	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU PSZ, SEL</i>), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<i>GLU PSZ</i>), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	Węglowodany ogółem [g] 320,9 w tym cukry [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 7
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej 55 g, Pomidor 65g	
	II KOLACJA	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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

DATA	POSILEK	SKŁAD	WARTOŚCI ODŻYWCZE
06.11.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynka soltysa wieprzowa wędzona parzona 55 g , Sałata zielona 5g, Pomidor 65 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 865,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Węglowodany ogółem [g] 483,4 w tym cukry [g] 97,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 5,8
	OBIAD	Solferino 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ryż na sypko 200 g , Mus z jabłek z/c 100 g , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Banan 1szt. 1 szt , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 110 g (MLE), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	

07.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>), Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</i>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 55 g , Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g , Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 529 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,3 Tłuszcz [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 7,5
	OBIAD	Wielowarzywna z ziemniakami 400 ml (<i>GLU PSZ, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<i>GLU JĘCZ</i>), Gulasz wołowy - dieta 150 g (<i>GLU PSZ</i>), Marchew gotowana z olejem 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Masło 83% tł. 20 g (<i>MLE</i>), Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 110 g (<i>RYB, SEL</i>), Pomidor 65	
	II KOLACJA	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<i>MLE,)</i>	
08.11.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (<i>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</i>), jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>), Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</i>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU PSZ, GLU ŻYT</i>), Bułka	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 501,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110

		pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 110 g (MLE), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2
	OBIAD	Grysikowa 400 ml (GLU PSZ, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g , Sos bazyliowy 50 ml (GLU PSZ, SEL), Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	Węglowodany ogółem [g] 329,4 w tym cukry [g] 54,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 6,3
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Galaretka drobiowa z udźca kurczaka 120 g (SEL), Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE),	
09.11.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szyńka soltysa wieprzowa wędzona parzona 55 g , Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,5 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 330 w tym cukry [g] 46,2
	OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Makaron 200 g (GLU PSZ), Szyńka	

		wieprzowa pieczona 80 g , Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE), Brokuł gotowany* 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70 g	Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 9,6
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 55 g (SOJ), Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)	
10.11.2023	ŚNIADANIE	Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Dżem 50 g , Serek homo. naturalny 50 g (MLE), Pomidor 65 g, Sałata zielona 5g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 615 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 385,4 w tym cukry [g] 77,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 6,7
	OBIAD	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Pulpet rybny (Morszczuk) 110 g (GLU PSZ, JAJ, RYB), Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL), Warzywa po grecku 200 g (GLU PSZ, SEL), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany	

		pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Pasta z jaj z koperkiem -dieta 120 g (JAJ, MLE), Sałata zielona 5 g , Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Mus owocowy 100g- produkt pasteryzowany 1 szt	
11.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 55 g (SOJ), Sałata zielona 5 g , Pasta warzywna 60 g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 545,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Tłuszcz [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 366,5 w tym cukry [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 9,6
	OBIAD	Ziemniaczana 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ), Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (GLU PSZ), Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynekowa dębowa	

		kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 55 g , Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 60 g (MLE, SEL),	
	II KOLACJA	Sok pomidorowy 0,3l 1 sz	
12.11.2023	ŚNIADANIE	jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE), Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Serek homo. naturalny 110 g (MLE), Pomidor 65 g, Sałata zielona 5g, Kakao z mlekiem 220 ml (MLE),	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 368 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5
	OBIAD	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL), Ziemniaki z koperkiem 250 g , Schab gotowany 80 g, Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 220 ml , Jabłka prażone b/c 70	Węglowodany ogółem [g] 336,3 w tym cukry [g] 50,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Sól [g] 6,8
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło 83% tł. 20 g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 55 g , Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

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