

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-07 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Kefir 200g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie			Sok warzywny 300ml 1 szt	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Udko duszone 110 g Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Udko duszone 110 g Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem i bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z brazowym makaronem 400 ml (GLU, MLE, MCK) Udko duszone 110 g Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem mix 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Udko duszone b/kości b/skóry rozdrobnione 110 g Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem i bułką tartą rozdrobniona 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka dębowa wieprzowa 60 g Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka dębowa wieprzowa 60 g Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka dębowa wieprzowa 60 g Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka dębowa rozdrobniona 60 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka drobiowa śniadaniowa 30 g (SOJ, MLE, GOR)		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka drobiowa śniadaniowa 30 g (SOJ, MLE, GOR)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka drobiowa śniadaniowa rozdrobniona 30 g (SOJ, MLE, GOR)

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-08 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Arbuz 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Arbuz 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Arbuz 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Połędwica sopočka - rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie		Mus owocowy 200g 1 szt		
	Obiad	Zupa barszcz ukraiński z fasolką szparagową 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Ziemniaki 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml Sos ziołowy 100 ml (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Ziemniaki 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml Sos ziołowy 100 ml (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Zupa barszcz ukraiński z fasolką szparagową 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Ziemniaki 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml Sos ziołowy 100 ml (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami mix 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej rozdrobniona 110 g Sos ziołowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Szpinak duszony rozdrobniony 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka grecka z oliwkami i sosem vinegret 110 g (MLE, GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka grecka z oliwkami i sosem vinegret 110 g (MLE, GOR)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)		Chleb żytni 30 g (GLU) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-09 środa	Śniadanie	Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 250 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki wieprzowe 120 g Ogórek świeży 110 g Ketchup 10 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 250 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki wieprzowe 120 g Pomidor 110 g Ketchup 10 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki wieprzowe 120 g Ogórek świeży 110 g Ketchup 10 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą kukurydzianą mix 250 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki wieprzowe rozdrobnione 120 g Ketchup 10 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 1 szt
	2. śniadanie			Serek wiejski 1 szt 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty 400 ml Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (GLU) Ryż brązowy na sypko 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa grysikowa na wywarze 400 ml (GLU, MLE) Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (GLU) Ryż brązowy na sypko 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty 400 ml Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (GLU) Ryż brązowy na sypko 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa grysikowa mix 400 ml (GLU) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze rozdrobniony 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana na parze-rozdrobniona 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 110 g (JAJ)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 110 g (JAJ)	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka z jajka, brokuła i pomidora 110 g (JAJ)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Sałatka z jajka, brokuła i pomidora rozdrobniona 110 g (JAJ)
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka z piersią indyczą 30 g		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą 30 g	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą rozdrobniona 30 g

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-10 czwartek	Śniadanie	Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 60 g Salata masłowa 10 g Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 60 g Salata masłowa 10 g Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 60 g Salata masłowa 10 g Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa rozdrobniona 60 g Salata masłowa 10 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie			Sok warzywny 300ml 1 szt	
	Obiad	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 400 ml (GLU) Bigos z białej i kiszzonej kapusty z mięsem wp duszony z majerankiem 300 g (GLU) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml 400 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem i bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami b/ml mix 400 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze rozdrobniony 110 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem i bułką tartą rozdrobniona 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z makreli z twarogiem i zieloną 100 g (RYB, MLE) Ogórek świeży 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z makreli z twarogiem i zieloną 100 g (RYB, MLE) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z makreli z twarogiem i zieloną 100 g (RYB, MLE) Ogórek świeży 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z makreli z twarogiem i zieloną 100 g (RYB, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Kielbasa krakowska 30 g (GLU, SOJ)		Chleb żytni 30 g (GLU) Kielbasa krakowska 30 g (GLU, SOJ)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Kielbasa krakowska zmielona 30 g (GLU, SOJ)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-11 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sos tatarski 30 g (JAJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sos tatarski 30 g (JAJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sos tatarski 30 g (JAJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi mix 250 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka z zieleniną 100 g (JAJ, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 1 szt
	2. śniadanie			Kefir 200g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE) Kluski śląskie 300 g (JAJ) Cebula duszona 20 g Surówka z marchewki i świeżej cukinii ze śmietaną 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (MLE) Kluski śląskie 300 g (JAJ) Surówka z marchewki i świeżej cukinii ze śmietaną 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem 400 ml (MLE) Bitka z piersi kurczaka 110 g Ziemniaki 180 g Sos ziołowy 100 ml (GLU) Surówka z marchewki i świeżej cukinii ze śmietaną 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem mix 400 ml (MLE) Bitka z piersi kurczaka rozdrobniona 110 g Sos ziołowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Cukinia gotowana na parze rozdrobniona 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka jarzynowa z majonezem 110 g (JAJ, GOR, SO2)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka jarzynowa z majonezem 110 g (JAJ, GOR, SO2)	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka jarzynowa z majonezem 110 g (JAJ, GOR, SO2)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka jarzynowa - diety rozdrobniona 110 g (JAJ, SO2)
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka z piersią indyczą 30 g		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą 30 g	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą rozdrobniona 30 g

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-12 sobota	Śniadanie	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Poledwica sopocka - rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 1 szt
	2. śniadanie			Koktajl owocowy 200 ml (MLE)	
	Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Kotlet schabowy smażony w panierce 110 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Kapusta biała zasmażana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Schab gotowany na parze 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa dyniowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, MLE, MCK) Schab gotowany na parze 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Kapusta biała zasmażana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa dyniowa z makaronem mix 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Schab gotowany na parze - rozdrobniony 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane rozdrobnione 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pasta z ciecierzycy z papryką w kostkę i natką pietruszki 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pasta z ciecierzycy z papryką w kostkę i natką pietruszki 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ)		Chleb żytni 30 g (GLU) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Pasta z jajka 30 g (JAJ, GOR)	

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-13 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Salatka z pomidora z cebulą 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Salatka z pomidora z cebulą 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem - rozdrobniona 60 g (GLU, SOJ) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie			Sok warzywny 300ml 1 szt	
	Obiad	Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (MLE) Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 110 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 110 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Marchewka z groszkiem duszona 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z ryżem 400 ml (MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 110 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z ryżem mix 400 ml (MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze rozdrobniony 110 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka z groszkiem duszona rozdrobniona 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z tuńczykiem i natką pietruszki 100 g (JAJ, RYB, MLE) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z tuńczykiem i natką pietruszki 100 g (JAJ, RYB, MLE) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z tuńczykiem i natką pietruszki 100 g (JAJ, RYB, MLE) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z tuńczykiem i natką pietruszki 100 g (JAJ, RYB, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka z piersią indyczą 30 g		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą 30 g	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka z piersią indyczą rozdrobniona 30 g

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-14 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Paszтет pieczony drobiowy rozdrobiony 130 g Pomidor b/skóry rozdrobiony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie		Salatka z pomidora i ciecierzycy z olejem 150 g		
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Łazanki z kiszanej kapusty z mięsem wieprzowym i majerankiem 300 g (GLU) Arbuz 120 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Klopsik mielony wp gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Cukinia duszona na ciepło 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml Ryż na sypko 180 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Klopsik mielony wp gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Ryż brązowy na sypko 180 g Sos koperkowy 100 ml (GLU) Cukinia duszona na ciepło 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami mix 400 ml (MLE) Klopsik mielony wp gotowany na parze rozdrobiony 110 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Cukinia duszona na ciepło rozdrobniona 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z czubrycą 100 g (MLE) Salatka makaronowa z wędliną i czerwoną fasolą z sosem jogurtowo-majonezowym 110 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Szynka dębowa wieprzowa 25 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa z czubrycą 100 g (MLE) Salatka makaronowa z wędliną i czerwoną fasolą z sosem jogurtowo-majonezowym 110 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Szynka dębowa rozdrobniona 25 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Kielbasa krakowska 30 g (GLU, SOJ)	Chleb żytni 30 g (GLU) Kielbasa krakowska 30 g (GLU, SOJ)	Chleb żytni 30 g (GLU) Kielbasa krakowska 30 g (GLU, SOJ)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Kielbasa krakowska zmielona 30 g (GLU, SOJ)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-15 wtorek	Śniadanie	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka z pomidora z cebula 110 g Arbuz 120 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 110 g Arbuz 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka z pomidora z cebula 110 g Arbuz 120 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry rozdrobiony 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie			Serek wiejski 200g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU) Udko duszone 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU) Udko duszone 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU, MCK) Udko duszone 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Rosół z makaronem mix 400 ml (GLU) Udko duszone b/kości b/skóry rozdrobnione 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany na parze rozdrobiony 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolejca	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Sałatka z buraka, twarogu i cebuli ze słonecznikiem 110 g (MLE, SEZ)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Sałatka z buraka i twarogu 110 g (MLE)	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Sałatka z buraka, twarogu i cebuli ze słonecznikiem 110 g (MLE, SEZ)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa rozdrobiona 60 g Sałatka z buraka i twarogu rozdrobniona 110 g (MLE)
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE)		Chleb żytni 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Mus owocowy 200g 1 szt

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-16 środa	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa na ciepło 120 g Musztarda 20 g (GOR) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka z pierśią indyczą 60 g Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka z pierśią indyczą 60 g Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka z pierśią indyczą rozdrobniona 60 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie		Marchew w słupkach 50 g Pasta z ciecierzycy 100 g		
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Pieczeń wieprzowa duszona 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z majonezem 150 g (JAJ, SEL, GOR, S02) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Pieczeń wieprzowa duszona 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Kalańior gotowany na parze z masłem i bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Pieczeń wieprzowa duszona 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z majonezem 150 g (JAJ, SEL, GOR, S02) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami mix 400 ml (MLE) Pieczeń wieprzowa duszona rozdrobniona 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Kalańior gotowany na parze z masłem i bułką tartą rozdrobniony 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Paprykarz z cebulą 100 g (RYB) Ogórek konserwowy 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Paprykarz z cebulą 100 g (RYB) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Paprykarz z cebulą 100 g (RYB) Ogórek konserwowy 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Paprykarz z cebulą 100 g (RYB) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
Posiłek nocny	Serek homogenizowany waniliowy 200g 1 szt (MLE)		Serek homogenizowany naturalny 200g 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 200g 1 szt (MLE)	

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-17 czwartek	Śniadanie	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Polędwica sopočka wieprzowa 60 g (SOJ, MLE) Sałatka z pomidora z cebulą 110 g Gruszka 120 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Polędwica sopočka wieprzowa 60 g (SOJ, MLE) Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Polędwica sopočka wieprzowa 60 g (SOJ, MLE) Sałatka z pomidora z cebulą 110 g Gruszka 120 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Polędwica sopočka - rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie		Kefir 200g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 400 ml (MLE) Gołąbek mięсно-ryżowy 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Sałatka z buraków i jabłka z cebulą z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 400 ml (MLE) Klopsik mielony wp gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 400 ml (MLE) Gołąbek mięсно-ryżowy 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Sałatka z buraków i jabłka z cebulą z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 400 ml (MLE) Klopsik mielony wp gotowany na parze rozdrobniony 110 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane rozdrobnione 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Pasta z zielonego groszku 110 g
	Posilek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka dębowa wieprzowa 30 g		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka dębowa wieprzowa 30 g	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka dębowa rozdrobniona 30 g

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-18 piątek	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Twarożek z suszonymi pomidorami 100 g (MLE) Ogórek świeży 110 g Pomarańcza 200 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z twarogu i buraka 100 g (MLE) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Twarożek z suszonymi pomidorami 100 g (MLE) Ogórek świeży 110 g Pomarańcza 200 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Twarożek z suszonymi pomidorami 100 g (MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie		Sok warzywny 300ml 1 szt		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Ryba smażona w panierce (miruna) 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 400 ml (GLU, JAJ) Ryba gotowana na parze (miruna) 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku 150 ml (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (MLE) Ryba gotowana na parze (miruna) 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml mix 400 ml (GLU, JAJ) Ryba gotowana na parze (miruna) 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku rozdrobnione 150 ml (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Sałatka jarzynowa 110 g (JAJ, GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Sałatka jarzynowa 110 g (JAJ, GOR)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa krakowska zmielona 60 g (GLU, SOJ) Sałatka jarzynowa rozrobiona 110 g (JAJ, GOR)
Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE)		Chleb żytni 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Mus owocowy 200g 1 szt	

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-19 sobota	Śniadanie	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Sałatka z pomidora z cebulą 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Kefir 200g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Sałatka z pomidora z cebulą 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe rozdrobnione 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml Makaron spaghetti pełnoziarnisty 180 g (GLU, JAJ) Sos bolognese z mięsem mielonym 200 g Ser żółty starty 20 g (MLE) Kompot owocowy 300 ml Banan 120 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml Makaron spaghetti pełnoziarnisty 180 g (GLU, JAJ) Sos bolognese z mięsem mielonym 200 g Ser żółty starty 20 g (MLE) Kompot owocowy 300 ml Grejpfrut 120 g	Zupa koperkowa z ziemniakami mix 400 ml Klopsik mielony wp gotowany na parze rozdrobniony 110 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana na parze rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka królewska z jajkiem, szynką i serem żółtym 110 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa 60 g (SOJ, MLE, SEL) Sałatka królewska z jajkiem, szynką i serem żółtym 110 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka konserwowa wieprzowa rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Pasta twarogowa z czubrycą 60 g (MLE)		Chleb żytni 30 g (GLU) Pasta twarogowa z czubrycą 60 g (MLE)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Pasta twarogowa z czubrycą 60 g (MLE)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-20 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Pomarańcza 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa rozdrobiona 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobiony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie			Kefir 200g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pieczeń rzymska 110 g (GLU, JAJ) Sos własny 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty i marchewki 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pieczeń rzymska 110 g (GLU, JAJ) Sos własny 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Cukinia gotowana na parze 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pieczeń rzymska 110 g (GLU, JAJ) Sos własny 100 ml (GLU) Kasza jęczmienna 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty i marchewki 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami mix 400 ml (GLU) Pieczeń rzymska rozdrobiona 110 g (GLU, JAJ) Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Cukinia gotowana na parze rozdrobiona 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolejacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobiony 110 g
	Posilek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka dębowa wieprzowa 30 g		Chleb żytni 30 g (GLU) Szynka dębowa wieprzowa 30 g	Mus z jabłka 200 g (S02)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-21 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Szynka dębowa wieprzowa 25 g Gruszka 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Szynka dębowa wieprzowa 25 g Gruszka 120 g	Kefir 200g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Szynka dębowa rozdrobniona 25 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie			Salatka z pomidora i ciecierzycy z olejem 150 g	
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Kalafior gotowany na parze z masłem i bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ryżem mix 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej rozdrobniona 110 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Kalafior gotowany na parze z masłem i bułką tartą rozdrobniony 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Sałatka szwedzka 110 g (GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa 60 g Sałatka szwedzka 110 g (GOR)	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Kielbasa szynkowa rozdrobniona 60 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Paszтет pieczony drobiowy 30 g (GLU, SOJ, MLE)		Chleb razowy 30 g (GLU) Paszтет pieczony drobiowy 30 g (GLU, SOJ, MLE)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Paszтет pieczony drobiowy 30 g (GLU, SOJ, MLE)

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-22 wtorek	Śniadanie	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka miczałowej 60 g (GLU) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka miczałowej 60 g (GLU) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka miczałowej 60 g (GLU) Pomidor 110 g Melon żółty 150 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka miczałowej-rozdrobni ona 60 g (GLU) Pomidor b/skóry rozdrobniiony 110 g Banan 1 szt
	2. śniadanie		Marchew w słupkach 50 g Pasta z ciecierzycy 100 g		
	Obiad	Zupa krupnik ryżowy 400 ml Kotlet pożarski smażony 110 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa krupnik ryżowy 400 ml Pulpet drobiowy gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa krupnik ryżowy 400 ml Pulpet drobiowy gotowany na parze 110 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa krupnik ryżowy b/ml mix 400 ml Pulpet drobiowy gotowany na parze rozdrobniiony 110 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane rozdrobnione 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka z zieleniną 100 g (JAJ, GOR) Papryka świeża 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka z zieleniną 100 g (JAJ, GOR) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka z zieleniną 100 g (JAJ, GOR) Papryka świeża 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka z zieleniną 100 g (JAJ, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobniiony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Twaróg 60 g (MLE)		Chleb razowy 30 g (GLU) Twaróg 60 g (MLE)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Twaróg 60 g (MLE)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-23 środa	Śniadanie	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Zupa ml. z kaszą manną mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Szynka wieprzowa z liściem - rozdrobniona 60 g (GLU, SOJ) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie			Kefir 200g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE) Naleśniki z serem (G) 200 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowo-owocowy 100 g (MLE) Banan 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami mix 400 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej rozdrobniona 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z łososia z twarogiem i zieleniną 100 g (RYB, MLE) Ogórek konserwowy 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z łososia z twarogiem i zieleniną 100 g (RYB, MLE) Pomidor 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z łososia z twarogiem i zieleniną 100 g (RYB, MLE) Ogórek konserwowy 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z łososia z twarogiem i zieleniną 100 g (RYB, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Postępek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ)		Chleb razowy 30 g (GLU) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Pasta z jajka 30 g (JAJ, GOR)

		Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata
2024-10-24 czwartek	Śniadanie	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 250 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Salata masłowa 10 g Ogórek świeży 110 g Gruszka 120 g	Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Salata masłowa 10 g Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 250 ml (SOJ, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Salata masłowa 10 g Ogórek świeży 110 g Gruszka 120 g	Kakao na mleku b/c 250 ml (SOJ, MLE) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 130 g (GLU, SOJ, MLE) Salata masłowa 10 g Pomidor b/skóry 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie			Koktajl owocowy 200 ml (MLE)	
	Obiad	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (GLU, MLE) Stek mielony wieprzowy smażony 100 g (GLU, JAJ) Cebula duszona 20 g Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska 110 g (GLU, JAJ) Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze z masłem i bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska 110 g (GLU, JAJ) Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej i ogórka 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką mix 400 ml (GLU, MLE) Pieczeń rzymska rozdrobiona 110 g (GLU, JAJ) Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Fasolka szparagowa gotowana na parze rozdrobiona 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Kielbasa krakowska 60 g (GLU, SOJ) Pasta z zielonego groszku 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Kielbasa krakowska zmielona 60 g (GLU, SOJ) Pasta z zielonego groszku 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE)		Chleb razowy 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 200g 1 szt (MLE)

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-25 piątek	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Pomidor 110 g Jabłko 120 g Ketchup 10 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe 120 g (SOJ) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 250 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Parówki drobiowe rozdrobnione 120 g (SOJ) Ketchup 10 g Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Jabłko gotowane 120 g
	2. śniadanie		Sok warzywny 300ml 1 szt		
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE) Fasolka po bretońsku z kiebasą duszona 300 g (GLU) Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Pomarańcza 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem 400 ml (MLE) Ryba pieczona w ziołach (miruna) 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku 150 ml (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Ryba pieczona w ziołach (miruna) 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem mix 400 ml (MLE) Ryba pieczona w ziołach (miruna) rozdrobniona 110 g (RYB) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku rozdrobnione 150 ml (GLU) Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sałatka ryżowa z ogórkiem, kukurydzą, gorszkciem i zieleniną 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)		Chleb razowy 30 g (GLU) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE)

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-26 sobota	Śniadanie	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Kefir 200g 1 szt (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Ser żółty 60 g (MLE) Pomidor 110 g Gruszka 120 g	Zupa ml. z płatkami owsianymi mix 250 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Połędwica sopocka - rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g Gruszka gotowana 120 g
	2. śniadanie		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		
	Obiad	Zupa solferino z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ryż brązowy na sypko 180 g Marchewka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy 300 ml	Zupa solferino z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ryż na sypko 180 g Marchewka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy 300 ml	Zupa solferino z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ryż brązowy na sypko 180 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy 300 ml	Zupa solferino z ziemniakami mix 400 ml (GLU, MLE) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze rozdrobniony 110 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Marchewka gotowana na parze rozdrobniona 150 g Kompot owocowy 300 ml
	Kolacja	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Sałatka królewska z jajkiem, szynką i serem żółtym 110 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta twarogowa 100 g (MLE)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g (MLE) Pasta twarogowa 100 g (MLE) Sałatka królewska z jajkiem, szynką i serem żółtym 110 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Sałatka królewska z jajkiem, szynką i serem żółtym 110 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta twarogowa 100 g (MLE)	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pasta twarogowa 100 g (MLE) Dżem 25 g Jabłko gotowane 120 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Szynka dębowa wieprzowa 30 g		Chleb razowy 30 g (GLU) Szynka dębowa wieprzowa 30 g	Bułka pszenna krojona 30 g (GLU) Szynka dębowa rozdrobniona 30 g

	Sz.Cz. Podstawowa	Sz.Cz. Łatwostrawna	Sz.Cz. Cukrzycowa	Sz.Cz. Papkowata	
2024-10-27 niedziela	Sniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 110 g Jabłko 120 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Kakao na mleku b/c 300 ml (SOJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Szynka drobiowa śniadaniowa rozdrobniona 60 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor b/skóry 110 g Jabłko gotowane 150 g
	2. śniadanie		Koktajl owocowy 200 ml (MLE)		
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kotlet schabowy smażony w panierce 110 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 180 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Schab gotowany na parze 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Schab gotowany na parze 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Ćwikła 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml	Zupa selerowa z makaronem mix 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Schab gotowany na parze - rozdrobniony 110 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane rozdrobnione 150 g Kompot owocowy b/c 300 ml
	Kolejca	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix warzyw (sałata, pomidor, ogórek świeży) 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Mix warzyw (sałata, pomidor) 110 g	Herbata b/c 300 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, GOR) Mix warzyw (sałata, pomidor, ogórek świeży) 110 g	Herbata b/c 300 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salata masłowa 10 g Pasta z jajka 100 g (JAJ, GOR) Pomidor b/skóry rozdrobniony 110 g
	Posiłek nocny	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE)	Chleb razowy 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Chleb razowy 30 g (GLU) Ser żółty 30 g (MLE)	Mus z jabłka 200 g (S02)

Oznaczenia wskaźników odż.:

- *Wartość energetyczna[kcal],*
- *Białko ogółem,*
- *Tłuszcz,*
- *Węglowodany ogółem,*
- *Sód,*
- *Sól,*
- *Potas,*
- *Wapń,*
- *Fosfor,*
- *Magnez,*
- *Żelazo,*
- *Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*
- *WW,*
- *Błonnik pokarmowy,*
- *suma cukrów prostych,*