

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Rukola 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi ( ) 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Galaretka o smaku brzoskwiowym 150 g Jabłko 150 g	Dyniowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi ( ) 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Galaretka o smaku brzoskwiowym 150 g Jabłko 150 g
	Kolacja	Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Mus z truskawek* 100 g Mandarynka 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 2085.81 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 33.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; W tym cukry: 133.72 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 2485.24 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 43.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 430.68 g; W tym cukry: 147.59 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 4.31 g;

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-19 wtorek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 30 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek z ziołami 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka truskawkowa 250ml 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 50 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Pomarańcza 150 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza kuskus/sypko 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml Pomarańcza 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa - dieta () 60 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa - dieta () 120 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1766.36 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz: 35.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; W tym cukry: 96.20 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2596.07 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 426.97 g; W tym cukry: 117.25 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 7.99 g;

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-20 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 100 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 100 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i koncentratem pomid.* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i koncentratem pomid.* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
Wartość energetyczna: 1954.62 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 311.50 g; W tym cukry: 127.26 g; Błonnik pok.: 22.53 g; Sól: 3.70 g;		Wartość energetyczna: 2623.87 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 416.68 g; W tym cukry: 140.91 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sól: 6.01 g;	

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> ) Banan 150 g	
	Obiad	Ziemniaczana () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 200 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kalafior gotowany* 50 g Kompot z truskawek* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot z truskawek* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Forszmak z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Forszmak z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 150 g
	PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1993.13 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 48.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 299.63 g; W tym cukry: 100.78 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2798.32 kcal; Białko ogółem: 132.73 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 419.12 g; W tym cukry: 116.85 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sól: 9.18 g;

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Sałatka owocowa 200 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1935.74 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 46.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 301.59 g; W tym cukry: 128.17 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 3.60 g;	Wartość energetyczna: 2689.81 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 408.01 g; W tym cukry: 141.25 g; Błonnik pok.: 30.68 g; Sól: 6.18 g;

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b><u>MLE.</u></b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <b><u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> ) Twarożek z ziołami 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Rozszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b><u>MLE.</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrodzdrobniona 30 g ( <b><u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> ) Twarożek z ziołami 60 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Rozszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 150 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 250 ml ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> ) Kasza jaglana na sypko 130 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 200 g ( <b><u>MLE.</u></b> )	Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> ) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 200 g ( <b><u>MLE.</u></b> )
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Maślanka owocowa 300ml 1 g ( <b><u>MLE.</u></b> )	
		Wartość energetyczna: 1473.72 kcal; Białko ogółem: 67.76 g; Tłuszcz: 28.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 243.94 g; W tym cukry: 95.14 g; Błonnik pok.: 16.88 g; Sól: 3.68 g;	Wartość energetyczna: 2054.53 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 103.61 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 5.81 g;

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek na słodko 70 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka owocowa 300ml 1 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 100 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Udko pieczone 1 szt. 105 g Sos bazyliowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos bazyliowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 60 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 120 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1946.76 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 49.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 277.53 g; W tym cukry: 105.73 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 2881.29 kcal; Białko ogółem: 152.53 g; Tłuszcz: 86.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 385.92 g; W tym cukry: 120.02 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 6.73 g;



BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU OW</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g</p> <p>Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Pomidor b/skórki 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU OW</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g</p> <p>Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	II ŚN	<p>Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Jabłko 150 g</p>	
	Obiad	<p>Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Gulasz warzywny dieta* 100 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Ryż na sypko (paraboliczny) 130 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 50 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Dynia duszona z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE</u>, <u>GOR</u>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>	<p>Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Gulasz warzywny dieta* 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE</u>, <u>GOR</u>)</p> <p>Salata zielona 5 g</p>
	Kolacja	<p>Zapiekanka makaronowo-warzywna z mięsem drobiowym* 150 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Mandarynka 1 szt</p>	<p>Zapiekanka makaronowo-warzywna z mięsem drobiowym* 200 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>)</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Mandarynka 1 szt</p>
	PN	<p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)</p>	
Wartość energetyczna: 2226.04 kcal; Białko ogółem: 106.60 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 324.87 g; W tym cukry: 110.75 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 6.52 g;		Wartość energetyczna: 2759.88 kcal; Białko ogółem: 123.85 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 413.77 g; W tym cukry: 116.33 g; Błonnik pok.: 38.98 g; Sól: 8.09 g;	



BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Rukola 10 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Rukola 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 130 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Banan 150 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Klopsik wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Banan 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g ( <u>SEL.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g ( <u>SEL.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 30 g ( <u>może zawierać: SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g	
		Wartość energetyczna: 2051.37 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; W tym cukry: 104.70 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2802.11 kcal; Białko ogółem: 123.37 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 434.12 g; W tym cukry: 118.52 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 7.38 g;

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 250 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka pieczony 50 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 50 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Mandarynka 100 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Filet z indyka pieczony 90 g Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Mandarynka 100 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> ) Paszтет wegetariański () 60 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> ) Paszтет wegetariański () 60 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
Wartość energetyczna: 1860.76 kcal; Białko ogółem: 74.05 g; Tłuszcz: 42.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 315.09 g; W tym cukry: 119.87 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 5.01 g;		Wartość energetyczna: 2486.49 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 413.37 g; W tym cukry: 134.17 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 7.38 g;	

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Mus z brzoskwiń 100 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z truskawek* z/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> )	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z miesa wieprzowego () 300 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z truskawek* z/c 250 ml Sok warzywny 0,3l 1 szt ( <u>SEL.</u> )
	Kolacja	Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami* 150 g ( <u>SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami* 200 g ( <u>SEL. GLU JĘCZ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g
	PN	Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
		Wartość energetyczna: 1657.66 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 36.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.45 g; Węglowodany ogółem: 269.11 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 20.28 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 2300.68 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 364.72 g; W tym cukry: 99.88 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 5.50 g;

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )
	II ŚN	Maślanka truskawkowa 0,33l 1 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Ryżowa () 250 ml ( <u>MLE. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Ryba gotowana (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Banan 150 g	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Banan 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1820.52 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 38.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 291.27 g; W tym cukry: 134.09 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 4.03 g;	Wartość energetyczna: 2560.09 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 401.53 g; W tym cukry: 147.18 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.57 g;

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 200 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>MLE. SEL.</u> ) Makaron z serem 200 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Jabłko 150 g	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE. SEL.</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Jabłko 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i koncentratem pomid.* 50 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i koncentratem pomid.* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	
Wartość energetyczna: 1713.74 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz: 33.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; W tym cukry: 107.73 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sól: 3.24 g;		Wartość energetyczna: 2383.03 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; Węglowodany ogółem: 398.97 g; W tym cukry: 118.20 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 5.36 g;	

BP- Łatwostrawna małego dziecka		BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat	
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sos jogurtowy z zieloną pietruszką 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u> )	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sos jogurtowy z zieloną pietruszką 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u> )
	II ŚN	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Udko pieczone 1 szt. 105 g Marchewka z groszkiem oprószana*() 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 40 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Wędlina drobiowa, wędzona, parzona, średnio rozdrozdrobniona 40 g ( <u>może zawierać: SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	PN	Serek wiejski truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
Wartość energetyczna: 2148.35 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 271.46 g; W tym cukry: 111.01 g; Błonnik pok.: 19.73 g; Sól: 5.24 g;		Wartość energetyczna: 3066.98 kcal; Białko ogółem: 157.13 g; Tłuszcz: 109.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 376.53 g; W tym cukry: 125.76 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 8.26 g;	

		BP- Łatwostrawna małego dziecka	BP- Łatwostrawna dzieci 4-18 lat
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml ( <u>MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> )	Płatki kukurydziane na mleku 400 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> )
	II ŚN	Maślanka truskawkowa 250ml 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 130 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mandarynka 100 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Mandarynka 100 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa - dieta () 60 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 5 g Sałatka jarzynowa - dieta () 120 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <u>może zawierać: MLE,</u> )	
		Wartość energetyczna: 2017.38 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; W tym cukry: 102.32 g; Błonnik pok.: 18.05 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2742.87 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 444.77 g; W tym cukry: 115.82 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sól: 8.16 g;



**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.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
- % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
- % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,