

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wedzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wedzona 40 g (<u>SOJ</u> ,) Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wedzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wedzona 40 g (<u>SOJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wedzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kluski leniwe z serem* 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Brokułowa z ryżem* 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kluski leniwe z serem* 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml		Brokułowa z ryżem brązowym* 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD	Ciastka różne 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,)				Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 50 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,) Łopatka wieprzowa pieczona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u> ,) Łopatka wieprzowa pieczona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 70 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,) Łopatka wieprzowa pieczona 30 g Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u> ,) Łopatka wieprzowa pieczona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 70 g (<u>RYB</u> , <u>MLE</u> ,) Łopatka wieprzowa pieczona 30 g Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać</u> : <u>MLE</u> , <u>GOR</u> ,)
		E: 2602.91 kcal; B: 86.98 g; T: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 43.40 g; W: 390.50 g; W tym cukry: 120.89 g; Bł.: 15.89 g; Sól: 6.59 g;	E: 2549.64 kcal; B: 82.35 g; T: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; W: 402.56 g; W tym cukry: 132.14 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 5.87 g;	E: 2482.92 kcal; B: 93.55 g; T: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.05 g; W: 369.16 g; W tym cukry: 110.05 g; Bł.: 17.25 g; Sól: 7.06 g;	E: 2450.24 kcal; B: 88.99 g; T: 64.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; W: 387.07 g; W tym cukry: 109.56 g; Bł.: 15.00 g; Sól: 6.22 g;	E: 2171.21 kcal; B: 98.79 g; T: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; W: 284.95 g; W tym cukry: 44.05 g; Bł.: 28.84 g; Sól: 8.73 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-06 wtorek	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczone 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II śN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Dynia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Dynia z wody 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Dynia z wody 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u> ,) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u> ,) Galaretk drobiowa z udzka kurczaka* 100 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,)
		E: 2491.98 kcal; B: 96.02 g; T: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; W: 370.76 g; W tym cukry: 113.86 g; Bł.: 22.00 g; Sól: 8.86 g;	E: 2489.65 kcal; B: 96.13 g; T: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; W: 374.90 g; W tym cukry: 119.24 g; Bł.: 21.23 g; Sól: 8.16 g;	E: 2296.21 kcal; B: 99.06 g; T: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; W: 332.41 g; W tym cukry: 71.63 g; Bł.: 20.15 g; Sól: 9.29 g;	E: 2213.59 kcal; B: 93.44 g; T: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; W: 333.43 g; W tym cukry: 78.07 g; Bł.: 19.02 g; Sól: 7.49 g;	E: 2176.59 kcal; B: 111.49 g; T: 71.76 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; W: 278.08 g; W tym cukry: 24.90 g; Bł.: 24.49 g; Sól: 9.03 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-07 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Dżem 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Dżem 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 40 g Dżem 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 160 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 160 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Pomarańcza 150 g				Pomarańcza 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)
		E: 2399.46 kcal; B: 84.16 g; T: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; W: 359.09 g; W tym cukry: 103.74 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 9.48 g;	E: 2213.97 kcal; B: 78.08 g; T: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 353.49 g; W tym cukry: 107.39 g; Bł.: 21.94 g; Sól: 7.63 g;	E: 2410.78 kcal; B: 88.45 g; T: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; W: 350.50 g; W tym cukry: 85.36 g; Bł.: 25.95 g; Sól: 9.55 g;	E: 2211.86 kcal; B: 83.49 g; T: 59.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; W: 343.83 g; W tym cukry: 90.43 g; Bł.: 20.59 g; Sól: 7.48 g;	E: 2401.78 kcal; B: 107.53 g; T: 88.38 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; W: 307.92 g; W tym cukry: 39.83 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 9.83 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA WARSZAWA WIML

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g Pączek 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u>)	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SO2,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g Pączek 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>SOJ,</u>) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SO2,</u>)	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pączek 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SO2,</u>)
	II ŚN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 350 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bitka z fileta kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 120 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE,</u>)				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>OZI,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u> <u>SEZ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>OZI,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u> <u>SEZ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE,</u> <u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>OZI,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u> <u>SEZ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>OZI,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u> <u>SEZ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE,</u> <u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ,</u> <u>JAJ,</u> <u>OZI,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u> <u>SEZ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u> <u>GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać:</u> <u>MLE,</u> <u>GOR,</u>)
		E: 2815.85 kcal; B: 93.75 g; T: 88.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; W: 431.62 g; W tym cukry: 128.61 g; Bł.: 27.81 g; Sól: 10.50 g;	E: 2638.35 kcal; B: 93.99 g; T: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; W: 413.75 g; W tym cukry: 110.74 g; Bł.: 24.44 g; Sól: 9.50 g;	E: 2817.07 kcal; B: 91.98 g; T: 90.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; W: 420.85 g; W tym cukry: 97.88 g; Bł.: 28.53 g; Sól: 9.50 g;	E: 2557.48 kcal; B: 92.99 g; T: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; W: 392.51 g; W tym cukry: 79.92 g; Bł.: 24.33 g; Sól: 8.96 g;	E: 3083.55 kcal; B: 113.99 g; T: 116.29 g; Kw. tł. nasy.: 49.85 g; W: 402.32 g; W tym cukry: 55.47 g; Bł.: 32.69 g; Sól: 11.05 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-09 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Krem z dyni z grzankami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki 160 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni z grzankami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki 160 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki 180 g Szpinak gotowany z olejem* 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni z grzankami pełnoziarnistymi* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp. z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>)
		E: 2415.06 kcal; B: 94.84 g; T: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; W: 364.37 g; W tym cukry: 115.51 g; Bł.: 22.60 g; Sól: 8.07 g;	E: 2236.91 kcal; B: 90.46 g; T: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 348.84 g; W tym cukry: 110.53 g; Bł.: 19.07 g; Sól: 7.97 g;	E: 2366.30 kcal; B: 102.01 g; T: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; W: 338.48 g; W tym cukry: 84.51 g; Bł.: 25.66 g; Sól: 8.47 g;	E: 2186.41 kcal; B: 97.66 g; T: 59.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; W: 322.28 g; W tym cukry: 78.70 g; Bł.: 21.83 g; Sól: 8.37 g;	E: 2058.59 kcal; B: 100.23 g; T: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; W: 276.58 g; W tym cukry: 49.81 g; Bł.: 24.13 g; Sól: 8.08 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 60 g (<u>SOJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Ketchup 30 g (<u>SEL</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g Pomidor 50 g	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ</u> ,) Ketchup 30 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Twaróg półtusty 50 g (<u>MLE</u> ,)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u> ,) Buraczki gotowane b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL</u> ,) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL</u> ,) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL</u> ,) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> ,)
		E: 2683.27 kcal; B: 96.15 g; T: 82.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; W: 398.98 g; W tym cukry: 119.91 g; Bł.: 28.97 g; Sól: 10.25 g;	E: 2468.36 kcal; B: 87.81 g; T: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; W: 385.42 g; W tym cukry: 122.00 g; Bł.: 24.52 g; Sól: 7.48 g;	E: 2655.14 kcal; B: 104.62 g; T: 94.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; W: 357.27 g; W tym cukry: 77.52 g; Bł.: 28.87 g; Sól: 11.52 g;	E: 2339.01 kcal; B: 87.62 g; T: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; W: 357.71 g; W tym cukry: 81.26 g; Bł.: 23.69 g; Sól: 7.06 g;	E: 2655.98 kcal; B: 125.16 g; T: 98.02 g; Kw. tł. nasy.: 41.36 g; W: 327.27 g; W tym cukry: 44.11 g; Bł.: 25.21 g; Sól: 10.70 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>		Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA WARSZAWA WIML				
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>) Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g
	II SN	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki 160 g Surówka Colesław (bez mleka) b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 160 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki 180 g Surówka Colesław (bez mleka) b/c 120 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka Colesław (bez mleka) b/c 120 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>)
		E: 2457.59 kcal; B: 110.71 g; T: 85.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; W: 325.84 g; W tym cukry: 80.36 g; Bł.: 18.63 g; Sól: 7.90 g;	E: 2414.70 kcal; B: 112.59 g; T: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; W: 324.99 g; W tym cukry: 75.87 g; Bł.: 17.34 g; Sól: 7.88 g;	E: 2396.09 kcal; B: 111.10 g; T: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; W: 317.26 g; W tym cukry: 100.97 g; Bł.: 21.11 g; Sól: 7.66 g;	E: 2206.92 kcal; B: 112.19 g; T: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; W: 282.74 g; W tym cukry: 68.70 g; Bł.: 17.86 g; Sól: 7.66 g;	E: 2409.40 kcal; B: 129.53 g; T: 96.29 g; Kw. tł. nasy.: 40.69 g; W: 267.79 g; W tym cukry: 28.71 g; Bł.: 21.34 g; Sól: 9.15 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać</u> : <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II śN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 160 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Cukinia pieczona z olejem * 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ</u> , Surówka z marchwi i chrzanu b/c 120 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,)
		E: 2348.87 kcal; B: 83.70 g; T: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; W: 364.38 g; W tym cukry: 98.47 g; Bł.: 25.65 g; Sól: 10.33 g;	E: 2305.53 kcal; B: 81.24 g; T: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; W: 366.56 g; W tym cukry: 99.01 g; Bł.: 24.02 g; Sól: 8.07 g;	E: 2334.02 kcal; B: 90.94 g; T: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; W: 338.68 g; W tym cukry: 73.87 g; Bł.: 22.93 g; Sól: 10.87 g;	E: 2267.11 kcal; B: 87.31 g; T: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; W: 341.33 g; W tym cukry: 74.33 g; Bł.: 21.11 g; Sól: 8.11 g;	E: 2341.37 kcal; B: 109.35 g; T: 82.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; W: 296.44 g; W tym cukry: 26.52 g; Bł.: 20.30 g; Sól: 11.82 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u> , Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u> , Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u> , Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u> , Dżem 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> , Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ</u> , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Biskvity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ,)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Ziemniaki 160 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Ziemniaki 160 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Ziemniaki 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g (<u>JAJ, GOR</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Ziemniaki 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 120 g (<u>JAJ, GOR</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u> ,)				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> ,) Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> ,) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Polędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiu wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u> ,) Rzodkiew biała plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> ,)
		E: 2303.18 kcal; B: 80.68 g; T: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; W: 368.24 g; W tym cukry: 119.35 g; Bł.: 21.58 g; Sól: 8.10 g;	E: 2217.48 kcal; B: 79.42 g; T: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; W: 366.39 g; W tym cukry: 119.56 g; Bł.: 21.59 g; Sól: 8.11 g;	E: 2216.76 kcal; B: 79.71 g; T: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; W: 344.69 g; W tym cukry: 89.09 g; Bł.: 25.08 g; Sól: 8.34 g;	E: 2114.93 kcal; B: 77.93 g; T: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 341.61 g; W tym cukry: 89.42 g; Bł.: 23.88 g; Sól: 8.36 g;	E: 2114.26 kcal; B: 94.65 g; T: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; W: 285.99 g; W tym cukry: 37.86 g; Bł.: 25.79 g; Sól: 9.80 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>		Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA WARSZAWA WIML				
		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 160 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowo-porczezkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybno-warzywny* (Miruna) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy i pieczarek 50 g
			E: 2345.21 kcal; B: 74.68 g; T: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; W: 391.72 g; W tym cukry: 130.61 g; Bł.: 24.49 g; Sól: 7.03 g;	E: 2299.94 kcal; B: 73.84 g; T: 51.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; W: 395.44 g; W tym cukry: 131.87 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 5.50 g;	E: 2237.51 kcal; B: 81.62 g; T: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; W: 367.79 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 26.53 g; Sól: 6.23 g;	E: 2247.76 kcal; B: 80.40 g; T: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 371.14 g; W tym cukry: 98.88 g; Bł.: 24.71 g; Sól: 5.29 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>		Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA WARSZAWA WIML				
		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> , Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> , Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> , Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> , Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> , Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Biskopity 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> ,)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> , Surówka z rzodkwi i jabłka () b/c 120 g (<u>MLE</u> , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Bitka schabowa 80 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> , Surówka z rzodkwi i jabłka () b/c 120 g (<u>MLE</u> , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD	Banan 150 g				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Pasztet z fasoli* 50 g (<u>JAJ</u> , Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Pasztet z fasoli* 70 g (<u>JAJ</u> , Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u> , Pasztet z fasoli* 70 g (<u>JAJ</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u> ,)
			E: 2576.89 kcal; B: 82.47 g; T: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; W: 395.42 g; W tym cukry: 116.15 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 7.03 g;	E: 2309.85 kcal; B: 80.11 g; T: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; W: 376.72 g; W tym cukry: 112.64 g; Bł.: 18.40 g; Sól: 8.22 g;	E: 2575.91 kcal; B: 86.31 g; T: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 45.49 g; W: 364.12 g; W tym cukry: 78.94 g; Bł.: 26.34 g; Sól: 6.80 g;	E: 2165.25 kcal; B: 81.18 g; T: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; W: 333.66 g; W tym cukry: 71.84 g; Bł.: 16.30 g; Sól: 7.83 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 30 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u> ,) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Połudwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,)
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ,) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,) Ziemniaki 160 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki 160 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ,) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku* 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ,) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB</u> ,) Ziemniaki 180 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE</u> ,) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u> ,)
		E: 2466.18 kcal; B: 89.05 g; T: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; W: 371.29 g; W tym cukry: 114.23 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 7.56 g;	E: 2292.20 kcal; B: 85.17 g; T: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; W: 366.06 g; W tym cukry: 116.77 g; Bł.: 22.75 g; Sól: 6.92 g;	E: 2445.04 kcal; B: 93.94 g; T: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; W: 361.78 g; W tym cukry: 98.60 g; Bł.: 23.97 g; Sól: 7.41 g;	E: 2272.70 kcal; B: 90.22 g; T: 58.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; W: 358.17 g; W tym cukry: 102.06 g; Bł.: 23.10 g; Sól: 6.69 g;	E: 2156.77 kcal; B: 103.99 g; T: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; W: 288.57 g; W tym cukry: 37.94 g; Bł.: 24.12 g; Sól: 9.21 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>		Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA WARSZAWA WIML				
		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 60 g (<u>SOJ</u> ,) Ketchup 30 g (<u>SEL</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki czekoladowe na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (<u>SOJ</u> ,) Ketchup 30 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II SN	Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u> ,)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL</u> ,) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko 160 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (<u>SEL</u> ,) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ,) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jabłko 150 g				Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> ,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> ,) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,)	
		E: 2531.94 kcal; B: 71.83 g; T: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; W: 375.31 g; W tym cukry: 98.43 g; Bł.: 25.94 g; Sól: 9.91 g;	E: 2332.97 kcal; B: 74.91 g; T: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; W: 375.05 g; W tym cukry: 96.21 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 8.50 g;	E: 2490.52 kcal; B: 77.26 g; T: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; W: 362.79 g; W tym cukry: 82.77 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 10.44 g;	E: 2223.25 kcal; B: 78.96 g; T: 57.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; W: 359.05 g; W tym cukry: 79.97 g; Bł.: 22.49 g; Sól: 8.13 g;	E: 2354.74 kcal; B: 95.14 g; T: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; W: 322.23 g; W tym cukry: 41.36 g; Bł.: 29.92 g; Sól: 8.04 g;

		W-wa- CH Podstawowa	W-wa- CH Łatwo strawna	W-wa- STO Podstawowa	W-wa- STO Łatwo strawna	W-wa- STO Cukrzycowa
2024-02-18, niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Rzodkiew biała plastry 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 45 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Hummus z ciecierzycy 70 g Rzodkiew biała plastry 50 g
	II ŚN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki 160 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 160 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Szynkówka- wieprzowa, średnio rozdrobniona, parzona, wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)
		E: 2354.26 kcal; B: 88.74 g; T: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; W: 342.58 g; W tym cukry: 85.87 g; Bł.: 22.49 g; Sól: 8.04 g;	E: 2195.77 kcal; B: 91.77 g; T: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 329.38 g; W tym cukry: 86.39 g; Bł.: 21.82 g; Sól: 7.64 g;	E: 2261.50 kcal; B: 89.64 g; T: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 313.98 g; W tym cukry: 73.56 g; Bł.: 20.55 g; Sól: 7.22 g;	E: 2001.31 kcal; B: 91.16 g; T: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; W: 292.91 g; W tym cukry: 74.74 g; Bł.: 19.40 g; Sól: 7.43 g;	E: 2345.57 kcal; B: 111.52 g; T: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; W: 303.50 g; W tym cukry: 28.29 g; Bł.: 22.11 g; Sól: 9.05 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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