

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej ( <b>SOJ.</b> ) 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej ( <b>SOJ.</b> ) 50 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej ( <b>SOJ.</b> ) 50 g Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> )	
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 250 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz warzywny dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 250 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 250 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 250 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	
	Kolaćca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
	E: 2365.76 kcal; B: 72.56 g; T: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; W: 349.49 g; W tym cukry: 59.43 g; Bł.: 42.15 g; Sól: 10.35 g;	E: 2271.72 kcal; B: 78.70 g; T: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; W: 370.10 g; W tym cukry: 80.10 g; Bł.: 37.12 g; Sól: 9.02 g;	E: 2501.68 kcal; B: 93.59 g; T: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; W: 371.31 g; W tym cukry: 48.29 g; Bł.: 59.02 g; Sól: 13.31 g;	E: 2463.17 kcal; B: 80.49 g; T: 91.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; W: 350.29 g; W tym cukry: 59.43 g; Bł.: 42.15 g; Sól: 10.18 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-12 wtorek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wiewprzowych pieczony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 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> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawalków miesa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Brzoskwinie w syropie 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawalków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawalków miesa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Konserva sterylizowana soja z papryką 100 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dyńia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szynka wiewprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wiewprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek Fromage 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera naciowego z olejem 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Wafle ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 20 g
	E: 2385.56 kcal; B: 111.04 g; T: 68.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; W: 341.10 g; W tym cukry: 57.02 g; Bł.: 32.34 g; Sól: 10.14 g;	E: 2299.65 kcal; B: 107.73 g; T: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; W: 365.31 g; W tym cukry: 74.75 g; Bł.: 22.15 g; Sól: 8.36 g;	E: 2401.54 kcal; B: 127.98 g; T: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; W: 356.93 g; W tym cukry: 38.71 g; Bł.: 51.50 g; Sól: 11.33 g;	E: 2676.38 kcal; B: 77.95 g; T: 116.85 g; Kw. tł. nasy.: 43.14 g; W: 338.63 g; W tym cukry: 59.47 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 9.10 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-13 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki 250 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki 250 g Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki 250 g Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Placki ziemniaczane 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	
	Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет z soczewicy * 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	E: 2554.74 kcal; B: 92.67 g; T: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; W: 409.36 g; W tym cukry: 60.49 g; Bł.: 32.26 g; Sól: 10.75 g;	E: 2320.88 kcal; B: 100.08 g; T: 50.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; W: 382.34 g; W tym cukry: 59.56 g; Bł.: 26.85 g; Sól: 7.55 g;	E: 2572.07 kcal; B: 111.11 g; T: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; W: 406.35 g; W tym cukry: 50.74 g; Bł.: 52.36 g; Sól: 13.42 g;	E: 2720.11 kcal; B: 86.72 g; T: 89.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; W: 409.26 g; W tym cukry: 75.04 g; Bł.: 33.09 g; Sól: 5.60 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-14 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna porcjowa 15g 1 szt Łopátka zbiójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, )</u> Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna porcjowa 15g 1 szt Łopátka zbiójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, )</u> Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Łopátka zbiójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, )</u> Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna porcjowa 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, )</u> Leczo z cukini z kielbasą 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, )</u> Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL, )</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Leczo z drobiem-dieta * 200 g Ryż na sypko 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Leczo z drobiem-dieta * 200 g Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL, )</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, )</u> Leczo wegetariańskie z ciecierzycą 200 g Ryż na sypko 250 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL, )</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawalków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ, )</u>	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, )</u> Salatka jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR, )</u> Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, )</u> Salatka jarzynowa* dieta 80 g ( <u>MLE, SEL, )</u> Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, )</u> Salatka jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR, )</u> Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ser żółty 50 g ( <u>MLE, )</u> Salatka jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR, )</u> Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE, )</u>		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE, )</u>
	E: 2324.30 kcal; B: 76.26 g; T: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; W: 363.89 g; W tym cukry: 49.78 g; Bł.: 39.12 g; Sól: 10.94 g;	E: 2138.63 kcal; B: 86.93 g; T: 42.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.59 g; W: 366.28 g; W tym cukry: 50.68 g; Bł.: 24.92 g; Sól: 8.56 g;	E: 2378.86 kcal; B: 97.74 g; T: 53.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.39 g; W: 400.40 g; W tym cukry: 38.74 g; Bł.: 57.54 g; Sól: 12.10 g;	E: 2506.45 kcal; B: 79.25 g; T: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 385.04 g; W tym cukry: 51.41 g; Bł.: 33.68 g; Sól: 8.53 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-15 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki pszenne na mleku/p 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> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Platki pszenne na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomarańcza 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomarańcza 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomarańcza 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	E: 2309.53 kcal; B: 103.81 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 357.77 g; W tym cukry: 77.09 g; Bł.: 33.31 g; Sól: 9.53 g;	E: 2312.33 kcal; B: 105.66 g; T: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; W: 354.88 g; W tym cukry: 70.60 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 9.05 g;	E: 2396.04 kcal; B: 119.52 g; T: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; W: 380.95 g; W tym cukry: 60.78 g; Bł.: 53.41 g; Sól: 10.27 g;	E: 2309.53 kcal; B: 103.81 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 357.77 g; W tym cukry: 77.09 g; Bł.: 33.31 g; Sól: 9.53 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Twaróg półtusty 50 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 200 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g ( <u>GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Paszтет sojowy z pomidorami 100 g ( <u>SOJ. GOR.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )
	E: 2404.43 kcal; B: 91.73 g; T: 83.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; W: 335.94 g; W tym cukry: 37.24 g; Bł.: 31.89 g; Sól: 12.36 g;	E: 2282.65 kcal; B: 91.65 g; T: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.26 g; W: 344.10 g; W tym cukry: 60.95 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 7.71 g;	E: 2538.30 kcal; B: 120.14 g; T: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 352.34 g; W tym cukry: 29.21 g; Bł.: 52.07 g; Sól: 13.82 g;	E: 2324.42 kcal; B: 59.86 g; T: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; W: 340.66 g; W tym cukry: 43.81 g; Bł.: 37.61 g; Sól: 11.85 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 350 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Surówka Colesław (bez mleka) 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Surówka Colesław (bez mleka) 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Kotlety sojowe panierowane 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka Colesław (bez mleka) 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )
	E: 2514.48 kcal; B: 126.53 g; T: 96.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; W: 295.71 g; W tym cukry: 67.69 g; Bł.: 34.26 g; Sól: 8.80 g;	E: 2509.51 kcal; B: 132.29 g; T: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 312.97 g; W tym cukry: 49.90 g; Bł.: 19.76 g; Sól: 7.98 g;	E: 2658.36 kcal; B: 145.43 g; T: 91.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; W: 339.95 g; W tym cukry: 56.67 g; Bł.: 48.82 g; Sól: 10.99 g;	E: 2303.85 kcal; B: 90.72 g; T: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; W: 317.31 g; W tym cukry: 68.82 g; Bł.: 42.82 g; Sól: 6.90 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-18, poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu(60%) 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Kasza jaglana na mleku/p 400 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> , Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> , Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , Sos majerankowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> , Mus z jabłek prażonych 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ</u> ,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu(60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ,)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
	E: 2295.12 kcal; B: 87.32 g; T: 57.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 374.33 g; W tym cukry: 93.27 g; Bł.: 25.30 g; Sól: 9.16 g;	E: 2169.58 kcal; B: 78.70 g; T: 42.55 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; W: 377.71 g; W tym cukry: 94.44 g; Bł.: 19.00 g; Sól: 7.98 g;	E: 2405.08 kcal; B: 108.62 g; T: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.47 g; W: 390.83 g; W tym cukry: 46.05 g; Bł.: 57.52 g; Sól: 12.46 g;	E: 2423.87 kcal; B: 86.21 g; T: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 387.28 g; W tym cukry: 92.94 g; Bł.: 25.44 g; Sól: 7.98 g;	



		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-19 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, 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> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Platki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki 250 g Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Pierogi ukraińskie * 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2155.60 kcal; B: 99.90 g; T: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; W: 312.07 g; W tym cukry: 53.02 g; Bł.: 32.86 g; Sól: 8.35 g;	E: 2102.79 kcal; B: 99.55 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; W: 327.84 g; W tym cukry: 65.75 g; Bł.: 30.41 g; Sól: 7.87 g;	E: 2410.33 kcal; B: 122.57 g; T: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; W: 347.32 g; W tym cukry: 43.05 g; Bł.: 51.26 g; Sól: 10.93 g;	E: 2490.63 kcal; B: 81.14 g; T: 94.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 341.62 g; W tym cukry: 54.49 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 7.44 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-20 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Platki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JEĆZ.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kaszotto jaglane z soczewicą* 350 g ( <u>SEL.</u> ) Sos jarzynowy * 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )
		E: 2659.20 kcal; B: 96.13 g; T: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; W: 404.17 g; W tym cukry: 67.63 g; Bł.: 39.41 g; Sól: 10.46 g;	E: 2613.64 kcal; B: 107.67 g; T: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.83 g; W: 410.14 g; W tym cukry: 68.61 g; Bł.: 31.01 g; Sól: 6.74 g;	E: 2595.05 kcal; B: 120.21 g; T: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.37 g; W: 420.47 g; W tym cukry: 60.65 g; Bł.: 58.36 g; Sól: 11.70 g;	E: 2342.69 kcal; B: 86.35 g; T: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; W: 399.62 g; W tym cukry: 72.47 g; Bł.: 39.81 g; Sól: 8.60 g;

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek Fromage 100 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Makaron wegetariański z ciecierzycą 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Łopátka zbożnikowa wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		E: 2422.63 kcal; B: 89.22 g; T: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; W: 365.39 g; W tym cukry: 64.32 g; Bf.: 41.31 g; Sól: 8.82 g;	E: 2170.29 kcal; B: 89.78 g; T: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; W: 343.43 g; W tym cukry: 59.62 g; Bf.: 25.38 g; Sól: 10.42 g;	E: 2645.61 kcal; B: 111.96 g; T: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; W: 406.63 g; W tym cukry: 49.47 g; Bf.: 59.88 g; Sól: 8.93 g;	E: 2442.39 kcal; B: 75.33 g; T: 89.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.78 g; W: 351.00 g; W tym cukry: 60.93 g; Bf.: 35.43 g; Sól: 7.77 g;

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 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> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 20 g Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JECZ.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki 250 g Sos ziołowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL. GLU JECZ.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki 250 g Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JECZ.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos ziołowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE. SEL. GLU JECZ.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos ziołowy* 150 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
	E: 2365.79 kcal; B: 105.06 g; T: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 g; W: 356.01 g; W tym cukry: 78.15 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 8.14 g;	E: 2405.92 kcal; B: 108.14 g; T: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; W: 367.85 g; W tym cukry: 87.44 g; Bł.: 27.07 g; Sól: 6.90 g;	E: 2363.57 kcal; B: 119.13 g; T: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; W: 367.92 g; W tym cukry: 50.78 g; Bł.: 49.39 g; Sól: 10.71 g;	E: 2297.28 kcal; B: 103.56 g; T: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 g; W: 339.86 g; W tym cukry: 77.91 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 7.96 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-23 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 250 g Gulasz sojowy z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )	
	Kolaćca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadalnej 120 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Brzoskwinie w syropie 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )	
	E: 2314.03 kcal; B: 71.87 g; T: 88.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; W: 312.22 g; W tym cukry: 49.29 g; Bł.: 41.35 g; Sól: 12.66 g;	E: 2093.47 kcal; B: 77.94 g; T: 44.70 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; W: 357.43 g; W tym cukry: 60.86 g; Bł.: 22.74 g; Sól: 7.84 g;	E: 2209.68 kcal; B: 92.89 g; T: 61.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; W: 345.43 g; W tym cukry: 35.70 g; Bł.: 55.41 g; Sól: 11.39 g;	E: 2363.78 kcal; B: 92.33 g; T: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; W: 342.05 g; W tym cukry: 44.27 g; Bł.: 46.32 g; Sól: 8.34 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-24, niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z jabłek prażonych 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Siedz z cebulką w oleju 60 g ( <u>RYB.</u> ) Ryba (miruna) po grecku 80 g ( <u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u> ) Salatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ryba (miruna) po grecku 80 g ( <u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u> ) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g ( <u>RYB.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ryba (miruna) po grecku 80 g ( <u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u> ) Ryba w galarecie (Miruna) 60 g ( <u>RYB.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Siedz z cebulką w oleju 60 g ( <u>RYB.</u> ) Ryba (miruna) po grecku 80 g ( <u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u> ) Salatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt
	E: 2621.08 kcal; B: 105.67 g; T: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; W: 388.01 g; W tym cukry: 96.21 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 7.72 g;	E: 2444.49 kcal; B: 111.86 g; T: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; W: 386.37 g; W tym cukry: 95.73 g; Bł.: 21.30 g; Sól: 5.75 g;	E: 2700.32 kcal; B: 132.17 g; T: 63.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; W: 386.16 g; W tym cukry: 43.00 g; Bł.: 50.60 g; Sól: 7.59 g;	E: 2621.08 kcal; B: 105.67 g; T: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; W: 388.01 g; W tym cukry: 96.21 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 7.72 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,