

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-25 poniedziałek	Śniadanie	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-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Serwik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Cukier 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Serwik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Cukier 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Konserva sterylizowana sojowa z papryką 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Mandarynka 150 g Salata zielona 20 g Serwik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 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 Marchew gotowana z olejem* 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 z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka z marchwi i jabłka 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>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 100 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 Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 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>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		E: 2448.71 kcal; B: 118.21 g; T: 82.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; W: 323.05 g; W tym cukry: 70.96 g; Bł.: 29.00 g; Sól: 9.23 g;	E: 2477.54 kcal; B: 120.93 g; T: 83.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; W: 323.80 g; W tym cukry: 73.50 g; Bł.: 25.17 g; Sól: 8.77 g;	E: 2802.92 kcal; B: 141.14 g; T: 89.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 353.61 g; W tym cukry: 44.43 g; Bł.: 49.10 g; Sól: 11.84 g;	E: 2489.57 kcal; B: 80.26 g; T: 90.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; W: 352.41 g; W tym cukry: 72.09 g; Bł.: 39.57 g; Sól: 8.37 g;

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-26 wtorek	Śniadanie	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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 20 g Cukier 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Cukier 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 20 g Cukier 15 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka Coleslaw (bez mleka) b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos meksykański 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka Coleslaw (bez mleka) b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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>)	
	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 Łopátka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 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 z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dyńia z wody 100 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 Łopátka z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 100 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 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-żytni 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: 2321.11 kcal; B: 104.90 g; T: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; W: 340.89 g; W tym cukry: 55.54 g; Bł.: 31.30 g; Sól: 8.01 g;	E: 2136.45 kcal; B: 107.24 g; T: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.48 g; W: 324.17 g; W tym cukry: 43.79 g; Bł.: 18.60 g; Sól: 7.09 g;	E: 2262.99 kcal; B: 117.95 g; T: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; W: 336.49 g; W tym cukry: 45.30 g; Bł.: 51.40 g; Sól: 10.75 g;	E: 2777.03 kcal; B: 93.44 g; T: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 41.16 g; W: 377.09 g; W tym cukry: 47.68 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 5.61 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-27 środa	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 Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata 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 kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata 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 kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 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 Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka wielowarzywna 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>) Łopatka zbójnicka wieprzowa wędzona 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. 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>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2490.19 kcal; B: 92.77 g; T: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; W: 381.71 g; W tym cukry: 52.56 g; Bł.: 32.75 g; Sól: 10.05 g;	E: 2130.68 kcal; B: 84.57 g; T: 39.75 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; W: 368.85 g; W tym cukry: 65.07 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 6.28 g;	E: 2682.47 kcal; B: 130.16 g; T: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; W: 412.75 g; W tym cukry: 47.02 g; Bł.: 56.33 g; Sól: 11.49 g;	E: 2544.67 kcal; B: 100.77 g; T: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; W: 384.11 g; W tym cukry: 55.67 g; Bł.: 32.75 g; Sól: 8.75 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-28 czwartek	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-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 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 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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-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>) Papryka świeża 100 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-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 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>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 150 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 150 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salátka jarzynowa* 100 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 porcjowa 15g 1 szt Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salátka jarzynowa* dieta 100 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 Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salátka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, 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 Tofu 100 g (<u>SOJ.</u>) Salátka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)
	E: 2496.52 kcal; B: 91.44 g; T: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; W: 397.52 g; W tym cukry: 68.91 g; Bł.: 41.12 g; Sól: 9.49 g;	E: 2409.91 kcal; B: 99.87 g; T: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 354.39 g; W tym cukry: 59.70 g; Bł.: 29.87 g; Sól: 7.60 g;	E: 2363.38 kcal; B: 114.93 g; T: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; W: 363.15 g; W tym cukry: 47.78 g; Bł.: 52.46 g; Sól: 12.24 g;	E: 2480.07 kcal; B: 93.67 g; T: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; W: 401.21 g; W tym cukry: 69.14 g; Bł.: 42.46 g; Sól: 7.43 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 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 długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 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-pszenno-żytni 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 100 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 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SEL.</u>) Sos cytrynowy 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	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SEL.</u>) Sos cytrynowy 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Szpinakowa z zacierką*(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SEL.</u>) Sos cytrynowy 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	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB. SEL.</u>) Sos cytrynowy 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-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 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 Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g 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 Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 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 Twaróg półtłusty 80 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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Pomarańcza 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	E: 2239.34 kcal; B: 95.05 g; T: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; W: 343.21 g; W tym cukry: 81.14 g; Bł.: 31.84 g; Sól: 8.81 g;	E: 2299.66 kcal; B: 95.06 g; T: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; W: 345.44 g; W tym cukry: 81.89 g; Bł.: 29.46 g; Sól: 8.56 g;	E: 2382.18 kcal; B: 113.31 g; T: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; W: 372.59 g; W tym cukry: 57.28 g; Bł.: 51.78 g; Sól: 9.37 g;	E: 2239.34 kcal; B: 95.05 g; T: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; W: 343.21 g; W tym cukry: 81.14 g; Bł.: 31.84 g; Sól: 8.81 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-30 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 Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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 Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Bigos 300 g (<u>GLU PSZ. SEL. GOR.</u>) Ziemniaki 250 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki 250 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Knedle ze śliwka* 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 150 g (<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 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 Paszтет z soczewicy * 80 g (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 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 Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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>) Ogórek kiszony 100 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>) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g (<u>SOJ. GOR.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	E: 2303.29 kcal; B: 78.34 g; T: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; W: 343.34 g; W tym cukry: 64.74 g; Bł.: 32.50 g; Sól: 11.42 g;	E: 2177.75 kcal; B: 96.74 g; T: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; W: 307.68 g; W tym cukry: 55.66 g; Bł.: 24.25 g; Sól: 8.46 g;	E: 2391.25 kcal; B: 114.69 g; T: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; W: 352.38 g; W tym cukry: 34.46 g; Bł.: 51.27 g; Sól: 10.90 g;	E: 2390.21 kcal; B: 76.91 g; T: 87.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; W: 336.33 g; W tym cukry: 69.63 g; Bł.: 24.27 g; Sól: 8.03 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2023-12-31 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 Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Dyńia z wody 100 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 Łopátka zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udka pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udka gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy * 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki 250 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Udka pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.</u>) Ziemniaki 250 g 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>) 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 Ser żółty 50 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 waniliowa 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 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 Ser żółty 50 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 waniliowa 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)	Chalka 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
	E: 2605.51 kcal; B: 122.48 g; T: 97.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.99 g; W: 325.53 g; W tym cukry: 50.41 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 8.57 g;	E: 2555.85 kcal; B: 132.43 g; T: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; W: 340.36 g; W tym cukry: 59.06 g; Bł.: 24.75 g; Sól: 7.95 g;	E: 2575.33 kcal; B: 139.28 g; T: 92.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; W: 321.53 g; W tym cukry: 40.44 g; Bł.: 47.28 g; Sól: 10.91 g;	E: 2371.25 kcal; B: 83.20 g; T: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; W: 366.30 g; W tym cukry: 57.13 g; Bł.: 35.88 g; Sól: 5.82 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 20 g Cukier 15 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Cukier 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 20 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	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 Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Salata zielona 20 g Cukier 15 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szczynek gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sos ziołowy* 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ, GOR.</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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki z jabłkiem b/c 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		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	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	E: 2374.09 kcal; B: 94.87 g; T: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; W: 361.33 g; W tym cukry: 66.28 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 8.17 g;	E: 2307.98 kcal; B: 99.12 g; T: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; W: 350.96 g; W tym cukry: 57.38 g; Bł.: 26.10 g; Sól: 8.03 g;	E: 2563.18 kcal; B: 119.25 g; T: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; W: 381.24 g; W tym cukry: 40.39 g; Bł.: 52.80 g; Sól: 10.84 g;	E: 2551.90 kcal; B: 73.53 g; T: 101.88 g; Kw. tł. nasy.: 41.62 g; W: 342.68 g; W tym cukry: 70.57 g; Bł.: 41.36 g; Sól: 6.98 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Makaron 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-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>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Makaron 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml Cukier 15 g	Makaron na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) 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>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml	Makaron 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-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Surówka żydowska z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 150 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 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 Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 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 makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 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 o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB. SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Salata 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 Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	
	E: 2622.78 kcal; B: 97.41 g; T: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; W: 395.54 g; W tym cukry: 82.36 g; Bł.: 27.22 g; Sól: 10.13 g;	E: 2371.40 kcal; B: 90.69 g; T: 52.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; W: 398.22 g; W tym cukry: 97.77 g; Bł.: 20.88 g; Sól: 7.72 g;	E: 2819.42 kcal; B: 119.21 g; T: 96.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; W: 391.71 g; W tym cukry: 34.58 g; Bł.: 56.95 g; Sól: 14.25 g;	E: 2654.09 kcal; B: 98.59 g; T: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; W: 395.22 g; W tym cukry: 82.86 g; Bł.: 27.22 g; Sól: 9.87 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-03 środa	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 80 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p> <p>Cukier 15 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p> <p>Cukier 15 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Konserwa sterylizowana sojowa z papryką 100 g (<u>SOJ. GOR.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p> <p>Cukier 15 g</p>
	II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Filet królewski z indykem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>)</p>	
	Obiad	<p>Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos bazyliowy* 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml</p>	<p>Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos bazyliowy* 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Dynia z wody 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml</p>	<p>Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos bazyliowy* 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml</p>	<p>Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Gulasz warzywny z ciecierzycą * 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 250 g</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml</p>
	PD			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko pieczone 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt</p> <p>Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna porcjowa 15g 1 szt</p> <p>Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml</p>
	PN	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>
		<p>E: 2352.68 kcal; B: 97.26 g; T: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; W: 362.67 g; W tym cukry: 64.96 g; Bł.: 32.41 g; Sól: 10.87 g;</p>	<p>E: 2188.49 kcal; B: 94.85 g; T: 43.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; W: 363.86 g; W tym cukry: 70.62 g; Bł.: 30.55 g; Sól: 8.15 g;</p>	<p>E: 2372.28 kcal; B: 111.78 g; T: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 394.33 g; W tym cukry: 54.92 g; Bł.: 50.49 g; Sól: 13.45 g;</p>	<p>E: 2389.08 kcal; B: 73.49 g; T: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; W: 363.92 g; W tym cukry: 70.24 g; Bł.: 37.16 g; Sól: 10.78 g;</p>

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-04 czwartek	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-pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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 Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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-pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 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-pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Pomidor 100 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 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	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z warzywami i serem żółtym* 350 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml
	PD			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>)	
	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 Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 100 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 Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 100 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-żytni 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет z ciecierzycy 80 g (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)
		E: 2577.25 kcal; B: 98.25 g; T: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; W: 371.75 g; W tym cukry: 71.50 g; Bł.: 37.52 g; Sól: 8.34 g;	E: 2413.16 kcal; B: 103.46 g; T: 68.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.63 g; W: 358.90 g; W tym cukry: 65.43 g; Bł.: 25.22 g; Sól: 8.33 g;	E: 2714.29 kcal; B: 116.90 g; T: 83.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; W: 394.46 g; W tym cukry: 53.23 g; Bł.: 57.62 g; Sól: 9.99 g;	E: 2720.52 kcal; B: 82.46 g; T: 104.14 g; Kw. tł. nasy.: 43.95 g; W: 376.86 g; W tym cukry: 72.24 g; Bł.: 32.91 g; Sól: 7.56 g;

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-05 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-pszenno 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 Jabłko pieczone 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 razowy żytnio-pszenno 100 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 100 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-pszenno 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-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>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</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	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos majerankowy * 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	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Sos majerankowy * 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
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 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 jaj 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 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 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor 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 Pasta z jaj 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 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 jaj 100 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Papryka konserwowa 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 350 ml
	PN	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 Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	E: 2364.31 kcal; B: 99.17 g; T: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; W: 337.22 g; W tym cukry: 70.99 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 10.56 g;	E: 2222.95 kcal; B: 102.29 g; T: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; W: 340.31 g; W tym cukry: 83.35 g; Bł.: 26.07 g; Sól: 8.41 g;	E: 2387.72 kcal; B: 119.65 g; T: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; W: 360.81 g; W tym cukry: 48.50 g; Bł.: 49.11 g; Sól: 11.38 g;	E: 2398.49 kcal; B: 100.18 g; T: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.18 g; W: 344.84 g; W tym cukry: 71.72 g; Bł.: 30.25 g; Sól: 10.74 g;	

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-06 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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 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 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 Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 350 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</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 Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 100 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-pszenno 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 100 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-pszenno 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi 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>) Gulasz z udźca kurczaka 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	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z selera i marchwi 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g	
	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 Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony w ostonce niejadalnej 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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 Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>) Pomidor 100 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 brokulem,ciemierzycą,pestkami słonecznika i koperkiem 150 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 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>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. S02.</u>)
			E: 2455.75 kcal; B: 85.68 g; T: 93.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; W: 332.92 g; W tym cukry: 45.96 g; Bł.: 35.73 g; Sól: 11.81 g;	E: 2168.84 kcal; B: 83.54 g; T: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; W: 349.45 g; W tym cukry: 58.63 g; Bł.: 24.79 g; Sól: 8.65 g;	E: 2243.22 kcal; B: 105.44 g; T: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; W: 338.26 g; W tym cukry: 33.42 g; Bł.: 54.04 g; Sól: 11.54 g;

		KAW- TWO Podstawowa/Ogólna	KAW- TWO Łatwo strawna	KAW- TWO Cukrzycowa	KAW- TWO Wegetariańska
2024-01-07 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 Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Łopatką zbójnicka wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 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 Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 100 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	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 150 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki 250 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 350 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (<u>JAJ. MLE. SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 150 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Surówka z kapusty białej 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>) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</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>) 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 Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 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 Ser żółty 50 g (<u>MLE.</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-pszenny 20 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 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-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	E: 2093.40 kcal; B: 95.07 g; T: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 308.86 g; W tym cukry: 60.58 g; Bł.: 30.97 g; Sól: 8.24 g;	E: 2005.19 kcal; B: 102.83 g; T: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; W: 304.49 g; W tym cukry: 54.52 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 6.82 g;	E: 2319.18 kcal; B: 115.30 g; T: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; W: 349.83 g; W tym cukry: 50.63 g; Bł.: 49.44 g; Sól: 10.14 g;	E: 2046.54 kcal; B: 69.10 g; T: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; W: 301.58 g; W tym cukry: 68.18 g; Bł.: 32.09 g; Sól: 6.00 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,