

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
2024-02-05 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 120 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 120 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 140 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Pączek 1 szt (GLU PSZ, JAJ) Jabłko 150 g	
		PD			Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Jabłko 150 g			
2024-02-05 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (RYB, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (RYB, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 40 g (RYB, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Sałata zielona 10 g			
		E: 2208.60 kcal; B: 79.26 g; T: 68.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; W: 336.69 g; W tym cukry: 70.10 g; Bł.: 36.07 g; Sól: 9.39 g;	E: 2216.32 kcal; B: 85.88 g; T: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 339.90 g; W tym cukry: 69.43 g; Bł.: 27.33 g; Sól: 8.67 g;	E: 2215.81 kcal; B: 93.01 g; T: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; W: 336.57 g; W tym cukry: 67.24 g; Bł.: 22.66 g; Sól: 7.48 g;	E: 2084.98 kcal; B: 88.25 g; T: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; W: 303.90 g; W tym cukry: 50.87 g; Bł.: 49.23 g; Sól: 9.90 g;	E: 2196.61 kcal; B: 89.76 g; T: 59.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; W: 321.36 g; W tym cukry: 66.11 g; Bł.: 25.86 g; Sól: 8.45 g;	E: 1483.16 kcal; B: 55.86 g; T: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; W: 221.36 g; W tym cukry: 90.43 g; Bł.: 20.13 g; Sól: 4.18 g;	E: 1579.97 kcal; B: 56.72 g; T: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; W: 224.78 g; W tym cukry: 93.76 g; Bł.: 21.38 g; Sól: 4.57 g;	E: 1889.63 kcal; B: 75.56 g; T: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 267.57 g; W tym cukry: 101.69 g; Bł.: 24.66 g; Sól: 5.69 g;	E: 1104.90 kcal; B: 36.38 g; T: 42.95 g; Kw. tł. nasy.: 9.02 g; W: 152.10 g; W tym cukry: 48.01 g; Bł.: 19.18 g; Sól: 2.53 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Jabliko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna dluga krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna dluga krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Jabliko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 20 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna dluga krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawalków miesa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawalków miesa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dylnia z wody 130 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik wiewprzowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron pelnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Dylnia z wody 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokul gotowany* 60 g Kompot owocowy z jablkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dylnia z wody 130 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Dylnia z wody 130 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 60 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 100 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 140 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jablkami* z/c 300 ml	Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Szynka wiewprzowa gotowana 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Jabliko 150 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ)
PD				Masłanka 150 ml (MLE) Mandarynka 150 g			Mandarynka 150 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna dluga krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna dluga krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna dluga krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 30 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 40 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewprzowy średnio rozdrobniony parzony, wedzony 50 g (SOJ, może zawierac: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna dluga krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Margaryna roślinna bez mlecza o zaw.80% tł 5 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna dluga krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g		
	E: 2240.72 kcal; B: 99.99 g; T: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; W: 341.58 g; W tym cukry: 56.10 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 9.99 g;	E: 2318.43 kcal; B: 93.84 g; T: 46.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; W: 390.13 g; W tym cukry: 103.13 g; Bł.: 24.19 g; Sól: 8.70 g;	E: 2445.34 kcal; B: 94.19 g; T: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; W: 402.73 g; W tym cukry: 105.59 g; Bł.: 19.84 g; Sól: 7.17 g;	E: 2065.76 kcal; B: 104.89 g; T: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; W: 304.60 g; W tym cukry: 52.30 g; Bł.: 46.57 g; Sól: 9.48 g;	E: 2338.43 kcal; B: 96.64 g; T: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; W: 391.53 g; W tym cukry: 104.33 g; Bł.: 22.69 g; Sól: 8.05 g;	E: 1391.52 kcal; B: 70.29 g; T: 36.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 203.51 g; W tym cukry: 69.24 g; Bł.: 13.81 g; Sól: 4.19 g;	E: 1590.05 kcal; B: 79.94 g; T: 46.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; W: 222.08 g; W tym cukry: 72.03 g; Bł.: 16.09 g; Sól: 5.16 g;	E: 1838.42 kcal; B: 90.38 g; T: 50.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 264.93 g; W tym cukry: 77.61 g; Bł.: 19.26 g; Sól: 7.07 g;	E: 881.68 kcal; B: 64.26 g; T: 27.19 g; Kw. tł. nasy.: 5.55 g; W: 98.56 g; W tym cukry: 17.54 g; Bł.: 8.29 g; Sól: 0.95 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 130 ml (MLE, GLU, OW.)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
	II / SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g			
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 120 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 140 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)			Jabłko 150 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g			
	E: 2363.33 kcal; B: 92.16 g; T: 74.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; W: 349.33 g; W tym cukry: 59.96 g; Bł.: 33.17 g; Sól: 10.63 g;	E: 2236.44 kcal; B: 91.67 g; T: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 368.20 g; W tym cukry: 86.09 g; Bł.: 22.70 g; Sól: 7.61 g;	E: 2269.08 kcal; B: 96.70 g; T: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; W: 368.26 g; W tym cukry: 87.27 g; Bł.: 19.46 g; Sól: 6.83 g;	E: 2294.24 kcal; B: 108.56 g; T: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; W: 329.54 g; W tym cukry: 36.22 g; Bł.: 47.42 g; Sól: 9.42 g;	E: 2235.79 kcal; B: 91.64 g; T: 49.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 368.05 g; W tym cukry: 86.09 g; Bł.: 22.66 g; Sól: 7.60 g;	E: 1567.47 kcal; B: 69.92 g; T: 46.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; W: 225.71 g; W tym cukry: 67.99 g; Bł.: 16.66 g; Sól: 5.40 g;	E: 1798.02 kcal; B: 79.47 g; T: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; W: 251.38 g; W tym cukry: 72.56 g; Bł.: 19.13 g; Sól: 5.98 g;	E: 2069.04 kcal; B: 91.83 g; T: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; W: 295.37 g; W tym cukry: 80.98 g; Bł.: 23.16 g; Sól: 7.30 g;	E: 733.17 kcal; B: 41.54 g; T: 21.15 g; Kw. tł. nasy.: 3.73 g; W: 105.82 g; W tym cukry: 26.97 g; Bł.: 8.86 g; Sól: 3.29 g;	

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)		
	II ŚN						Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)			
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mieso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL) Surówka z seleria i jabłka z olejem b/c 130 g (SEL) Jabłko 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ)
	PD						Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	
	E: 2454.13 kcal; B: 85.57 g; T: 69.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; W: 387.69 g; W tym cukry: 59.33 g; Bł.: 36.38 g; Sól: 11.36 g;	E: 2485.60 kcal; B: 86.17 g; T: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.10 g; W: 402.57 g; W tym cukry: 73.88 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 9.78 g;	E: 2566.75 kcal; B: 92.11 g; T: 64.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; W: 410.20 g; W tym cukry: 98.56 g; Bł.: 20.49 g; Sól: 8.34 g;	E: 2497.64 kcal; B: 88.73 g; T: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 361.77 g; W tym cukry: 45.87 g; Bł.: 55.87 g; Sól: 10.79 g;	E: 2505.60 kcal; B: 88.97 g; T: 64.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; W: 403.97 g; W tym cukry: 75.08 g; Bł.: 27.44 g; Sól: 9.13 g;	E: 1916.85 kcal; B: 79.36 g; T: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; W: 274.99 g; W tym cukry: 62.22 g; Bł.: 19.46 g; Sól: 5.81 g;	E: 2043.62 kcal; B: 79.34 g; T: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.22 g; W: 284.98 g; W tym cukry: 64.90 g; Bł.: 21.40 g; Sól: 6.50 g;	E: 2214.51 kcal; B: 86.67 g; T: 73.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; W: 314.17 g; W tym cukry: 65.90 g; Bł.: 24.90 g; Sól: 8.70 g;	E: 793.22 kcal; B: 29.85 g; T: 25.39 g; Kw. tł. nasy.: 4.86 g; W: 117.32 g; W tym cukry: 20.88 g; Bł.: 14.82 g; Sól: 1.09 g;	

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II/ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Pomarańcza 150 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 180 g Szpinak gotowany z olejem* 130 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym* (bez mleka) 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Szpinak gotowany z olejem* 60 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 80 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Pączek 1 szt (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	
PD				Pomarańcza 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szyńska wędzona drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
	E: 2282.46 kcal; B: 98.52 g; T: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 354.30 g; W tym cukry: 77.60 g; Bł.: 33.95 g; Sól: 8.31 g;	E: 2307.48 kcal; B: 102.47 g; T: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; W: 357.14 g; W tym cukry: 79.74 g; Bł.: 22.94 g; Sól: 7.83 g;	E: 2223.88 kcal; B: 97.68 g; T: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; W: 359.60 g; W tym cukry: 80.90 g; Bł.: 19.89 g; Sól: 7.52 g;	E: 2129.52 kcal; B: 106.75 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; W: 309.20 g; W tym cukry: 48.53 g; Bł.: 45.41 g; Sól: 8.89 g;	E: 2212.52 kcal; B: 95.64 g; T: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; W: 359.76 g; W tym cukry: 80.24 g; Bł.: 22.15 g; Sól: 8.17 g;	E: 1534.88 kcal; B: 69.52 g; T: 41.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; W: 229.14 g; W tym cukry: 92.12 g; Bł.: 16.34 g; Sól: 3.78 g;	E: 1678.13 kcal; B: 75.11 g; T: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; W: 240.71 g; W tym cukry: 96.74 g; Bł.: 18.22 g; Sól: 4.05 g;	E: 2115.89 kcal; B: 97.06 g; T: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; W: 308.41 g; W tym cukry: 105.70 g; Bł.: 25.30 g; Sól: 5.94 g;	E: 968.06 kcal; B: 48.60 g; T: 28.09 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; W: 135.94 g; W tym cukry: 39.77 g; Bł.: 12.00 g; Sól: 2.09 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) mielona Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Jablko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jablko 150 g			
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kalańfor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 120 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 130 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	
	PD			Jablko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)		Galaretka o smaku truskawkowym z owocami 200 g				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)		
	E: 2389.03 kcal; B: 96.17 g; T: 66.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; W: 366.43 g; W tym cukry: 61.93 g; Bł.: 33.90 g; Sól: 9.79 g;	E: 2316.56 kcal; B: 88.63 g; T: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; W: 373.13 g; W tym cukry: 81.72 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 7.84 g;	E: 2149.86 kcal; B: 87.86 g; T: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; W: 336.26 g; W tym cukry: 83.15 g; Bł.: 20.91 g; Sól: 6.08 g;	E: 2351.57 kcal; B: 111.92 g; T: 74.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; W: 325.95 g; W tym cukry: 49.43 g; Bł.: 44.92 g; Sól: 9.90 g;	E: 2335.90 kcal; B: 91.41 g; T: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; W: 374.38 g; W tym cukry: 82.82 g; Bł.: 25.01 g; Sól: 7.18 g;	E: 1627.97 kcal; B: 66.47 g; T: 42.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; W: 251.35 g; W tym cukry: 66.23 g; Bł.: 17.11 g; Sól: 4.69 g;	E: 1878.50 kcal; B: 73.28 g; T: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; W: 281.07 g; W tym cukry: 76.77 g; Bł.: 20.03 g; Sól: 5.40 g;	E: 2173.05 kcal; B: 89.21 g; T: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; W: 321.68 g; W tym cukry: 83.78 g; Bł.: 23.22 g; Sól: 6.91 g;	E: 1364.02 kcal; B: 66.58 g; T: 49.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; W: 167.46 g; W tym cukry: 20.65 g; Bł.: 5.73 g; Sól: 3.54 g;	

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Banana 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynekowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II / SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banana 150 g		
2024-02-11 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU, PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 100 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 120 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 140 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki 180 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR.) Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU, PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.) Banana 150 g
		PD			Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT, GLU, JECZ.)			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)		
2024-02-11 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN	Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynekowa Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chałka 50 g (GLU, PSZ, JAJ.)			
		E: 2537.05 kcal; B: 119.00 g; T: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; W: 360.47 g; W tym cukry: 93.85 g; Bł.: 28.95 g; Sól: 7.79 g;	E: 2518.87 kcal; B: 122.36 g; T: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; W: 365.92 g; W tym cukry: 90.15 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 7.92 g;	E: 2309.06 kcal; B: 97.66 g; T: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; W: 379.60 g; W tym cukry: 92.77 g; Bł.: 21.40 g; Sól: 6.20 g;	E: 2296.56 kcal; B: 125.76 g; T: 79.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; W: 372.56 g; W tym cukry: 91.95 g; Bł.: 23.93 g; Sól: 7.23 g;	E: 2496.63 kcal; B: 119.15 g; T: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; W: 372.56 g; W tym cukry: 91.95 g; Bł.: 23.93 g; Sól: 7.23 g;	E: 1881.64 kcal; B: 95.79 g; T: 60.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; W: 247.76 g; W tym cukry: 106.33 g; Bł.: 15.18 g; Sól: 3.61 g;	E: 2019.40 kcal; B: 102.53 g; T: 70.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; W: 254.82 g; W tym cukry: 108.00 g; Bł.: 16.49 g; Sól: 4.12 g;	E: 2300.05 kcal; B: 116.60 g; T: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; W: 299.21 g; W tym cukry: 117.35 g; Bł.: 20.14 g; Sól: 5.12 g;	E: 1303.96 kcal; B: 87.99 g; T: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; W: 101.51 g; W tym cukry: 35.59 g; Bł.: 9.40 g; Sól: 2.20 g;

	W-wa- PIM MSWIA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWIA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWIA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWIA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWIA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWIA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWIA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWIA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWIA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Hummus z ciecierzycy 30 g Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 130 g (<u>MLE, SOZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Surowka z marchwi i chrzanu b/c 130 g (<u>MLE, SOZ.</u>) Gruszka 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ.</u>)	Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>)
	PD			Jabłko 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>) Dynia z wody 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>) Dynia z wody 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	FN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g
	E: 2353.53 kcal; B: 93.14 g; T: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; W: 352.63 g; W tym cukry: 63.52 g; Bł.: 32.95 g; Sól: 11.18 g;	E: 2436.10 kcal; B: 92.27 g; T: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 383.08 g; W tym cukry: 88.70 g; Bł.: 26.07 g; Sól: 8.68 g;	E: 2472.52 kcal; B: 97.57 g; T: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; W: 385.10 g; W tym cukry: 91.27 g; Bł.: 21.56 g; Sól: 7.06 g;	E: 2368.13 kcal; B: 96.82 g; T: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; W: 343.44 g; W tym cukry: 50.89 g; Bł.: 52.83 g; Sól: 10.08 g;	E: 2456.10 kcal; B: 95.07 g; T: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 384.48 g; W tym cukry: 89.90 g; Bł.: 24.57 g; Sól: 8.03 g;	E: 1625.38 kcal; B: 66.94 g; T: 47.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 238.76 g; W tym cukry: 77.29 g; Bł.: 18.09 g; Sól: 4.54 g;	E: 1858.10 kcal; B: 76.16 g; T: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; W: 245.19 g; W tym cukry: 80.60 g; Bł.: 20.14 g; Sól: 5.54 g;	E: 2133.64 kcal; B: 87.94 g; T: 73.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; W: 289.53 g; W tym cukry: 87.46 g; Bł.: 24.96 g; Sól: 7.58 g;	E: 1040.52 kcal; B: 52.83 g; T: 34.13 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; W: 135.58 g; W tym cukry: 21.82 g; Bł.: 13.34 g; Sól: 2.09 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kalafor gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 120 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka wykwinna z olejem b/c 130 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Filet z kurczaka gotowany 80 g Ziemniaki 180 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 130 g Paczek 1 szt (GLU, PSZ, JAJ.) Jabko 150 g
2024-02-13 wtorek				Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyunka dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g		
	E: 2119.09 kcal; B: 94.68 g; T: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 321.93 g; W tym cukry: 60.39 g; Bł.: 32.22 g; Sól: 9.52 g;	E: 2126.98 kcal; B: 93.90 g; T: 49.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 340.11 g; W tym cukry: 71.99 g; Bł.: 27.61 g; Sól: 9.64 g;	E: 2140.45 kcal; B: 86.25 g; T: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; W: 348.27 g; W tym cukry: 74.33 g; Bł.: 23.11 g; Sól: 8.60 g;	E: 2086.88 kcal; B: 102.56 g; T: 42.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; W: 73.09 g; W tym cukry: 27.71 g; Bł.: 42.27 g; Sól: 10.56 g;	E: 2060.41 kcal; B: 91.25 g; T: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; W: 340.77 g; W tym cukry: 73.09 g; Bł.: 26.08 g; Sól: 9.45 g;	E: 1450.53 kcal; B: 67.49 g; T: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; W: 214.26 g; W tym cukry: 87.24 g; Bł.: 15.78 g; Sól: 5.00 g;	E: 1530.63 kcal; B: 65.89 g; T: 46.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 275.24 g; W tym cukry: 96.88 g; Bł.: 23.70 g; Sól: 6.85 g;	E: 1925.46 kcal; B: 89.13 g; T: 57.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; W: 124.22 g; W tym cukry: 41.08 g; Bł.: 12.06 g; Sól: 1.72 g;	E: 902.00 kcal; B: 61.59 g; T: 20.31 g; Kw. tł. nasy.: 7.07 g; W: 124.22 g; W tym cukry: 41.08 g; Bł.: 12.06 g; Sól: 1.72 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dżem 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Pomidor 70 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Mandarynka 150 g			
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki 180 g Pulpet ryбно-warzywny* 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot owocowy z jabkami* z/c 300 ml	Pulpet ryбно-warzywny* 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Pulpet ryбно-warzywny* 80 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Sos majerankowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 130 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.) Jabko 150 g
	PD			Maślanka 150 ml (MLE) Płatki owsiane 30 g (GLU, OW.)				Galaretko o smaku truskawkowym 200 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser zółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g		
	E: 2400.04 kcal; B: 101.01 g; T: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; W: 383.34 g; W tym cukry: 110.38 g; Bł.: 29.92 g; Sól: 8.63 g;	E: 2612.21 kcal; B: 102.80 g; T: 51.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 448.23 g; W tym cukry: 137.02 g; Bł.: 23.36 g; Sól: 6.42 g;	E: 2485.60 kcal; B: 107.15 g; T: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 406.25 g; W tym cukry: 93.52 g; Bł.: 22.62 g; Sól: 5.61 g;	E: 2264.30 kcal; B: 111.38 g; T: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 338.52 g; W tym cukry: 45.44 g; Bł.: 49.84 g; Sól: 7.35 g;	E: 2632.21 kcal; B: 105.60 g; T: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; W: 449.63 g; W tym cukry: 138.22 g; Bł.: 21.86 g; Sól: 5.77 g;	E: 1622.71 kcal; B: 72.33 g; T: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 252.66 g; W tym cukry: 102.32 g; Bł.: 14.11 g; Sól: 3.58 g;	E: 1759.68 kcal; B: 70.40 g; T: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; W: 274.22 g; W tym cukry: 115.07 g; Bł.: 16.25 g; Sól: 3.87 g;	E: 2150.87 kcal; B: 94.04 g; T: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; W: 329.14 g; W tym cukry: 121.45 g; Bł.: 20.43 g; Sól: 5.77 g;	E: 1153.63 kcal; B: 44.32 g; T: 28.62 g; Kw. tł. nasy.: 5.03 g; W: 185.99 g; W tym cukry: 23.63 g; Bł.: 12.80 g; Sól: 2.19 g;	

	W-wa- PIM MSWIA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWIA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWIA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWIA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWIA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWIA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWIA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWIA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWIA Posiłki profilaktyczne
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	II/III			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 200 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Sos boloński z mięsa wierztop* 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 130 g Banan 150 g Pączek 1 szt (GLU PSZ, JAJ)	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z fasoli* 100 g (JAJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatka zbojnicka wierzpowa wędzona 50 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g		Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)
	E: 2447.03 kcal; B: 87.50 g; T: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 385.45 g; W tym cukry: 65.15 g; Bł.: 39.04 g; Sól: 7.83 g;	E: 2310.92 kcal; B: 86.39 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; W: 393.48 g; W tym cukry: 101.61 g; Bł.: 21.91 g; Sól: 9.05 g;	E: 2350.12 kcal; B: 92.44 g; T: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; W: 395.03 g; W tym cukry: 103.93 g; Bł.: 17.21 g; Sól: 7.42 g;	E: 2413.84 kcal; B: 102.77 g; T: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; W: 353.63 g; W tym cukry: 37.35 g; Bł.: 56.83 g; Sól: 7.63 g;	E: 2330.92 kcal; B: 89.19 g; T: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 394.88 g; W tym cukry: 102.81 g; Bł.: 20.41 g; Sól: 8.40 g;	E: 1579.12 kcal; B: 59.66 g; T: 39.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; W: 254.78 g; W tym cukry: 97.66 g; Bł.: 16.81 g; Sól: 3.98 g;	E: 1689.98 kcal; B: 59.39 g; T: 46.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; W: 267.96 g; W tym cukry: 108.83 g; Bł.: 18.06 g; Sól: 4.30 g;	E: 1887.91 kcal; B: 67.73 g; T: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; W: 302.99 g; W tym cukry: 111.56 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 6.04 g;	E: 1240.05 kcal; B: 46.12 g; T: 42.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; W: 175.39 g; W tym cukry: 58.47 g; Bł.: 13.08 g; Sól: 0.81 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.węglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-16 piątek	Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 80 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 80 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mandarynka 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN		Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Łopatka zbożnicza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Mandarynka 150 g				
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 60 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 200 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 140 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 300 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ) Gruszka 150 g	Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ) Gruszka 150 g	
	PD	Maślanka 150 ml (MLE) Siupki z marchewki 50 g		Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt						
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 40 g (JAJ, MLE) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 50 g (JAJ, MLE) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
	PN	Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Sałata zielona 10 g	Masło extra 82% 5 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Masło extra 82% 5 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	Sałata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńska z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Sałata zielona 10 g	
E: 2222.59 kcal; B: 96.57 g; T: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 339.55 g; W tym cukry: 71.64 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 8.55 g;		E: 2343.03 kcal; B: 100.24 g; T: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 364.72 g; W tym cukry: 92.82 g; Bł.: 22.62 g; Sól: 7.58 g;	E: 2251.56 kcal; B: 95.30 g; T: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; W: 366.01 g; W tym cukry: 92.89 g; Bł.: 19.39 g; Sól: 7.34 g;	E: 2080.17 kcal; B: 105.10 g; T: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; W: 301.70 g; W tym cukry: 52.07 g; Bł.: 44.13 g; Sól: 9.08 g;	E: 2232.36 kcal; B: 92.05 g; T: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; W: 365.86 g; W tym cukry: 91.77 g; Bł.: 22.59 g; Sól: 8.32 g;	E: 1346.92 kcal; B: 61.36 g; T: 33.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; W: 207.05 g; W tym cukry: 84.56 g; Bł.: 14.62 g; Sól: 3.42 g;	E: 1450.70 kcal; B: 60.92 g; T: 41.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; W: 216.22 g; W tym cukry: 87.15 g; Bł.: 16.03 g; Sól: 3.59 g;	E: 1846.10 kcal; B: 88.52 g; T: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; W: 262.80 g; W tym cukry: 97.17 g; Bł.: 19.51 g; Sól: 4.82 g;	E: 743.44 kcal; B: 48.18 g; T: 24.25 g; Kw. tł. nasy.: 1.10 g; W: 86.98 g; W tym cukry: 17.21 g; Bł.: 9.71 g; Sól: 2.45 g;	

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwo strawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyzkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osl.niejad 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II/ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g	
	Obiad		Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 140 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 140 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		PD			Kefir 2.0% t 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ)			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Dżem 25 g 1 szt Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Dżem 25 g 1 szt	
		E: 2124.07 kcal; B: 71.35 g; T: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; W: 355.52 g; W tym cukry: 70.21 g; Bł.: 30.06 g; Sól: 8.85 g;	E: 2190.74 kcal; B: 79.55 g; T: 43.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; W: 382.96 g; W tym cukry: 82.88 g; Bł.: 24.44 g; Sól: 8.16 g;	E: 1986.93 kcal; B: 78.73 g; T: 39.87 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; W: 339.91 g; W tym cukry: 84.51 g; Bł.: 21.26 g; Sól: 6.75 g;	E: 2077.24 kcal; B: 79.15 g; T: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; W: 325.91 g; W tym cukry: 34.97 g; Bł.: 53.70 g; Sól: 9.91 g;	E: 2210.09 kcal; B: 82.33 g; T: 43.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 384.21 g; W tym cukry: 83.98 g; Bł.: 22.91 g; Sól: 7.49 g;	E: 1478.73 kcal; B: 61.64 g; T: 30.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; W: 247.14 g; W tym cukry: 87.00 g; Bł.: 15.31 g; Sól: 4.61 g;	E: 1606.57 kcal; B: 60.70 g; T: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; W: 263.50 g; W tym cukry: 89.73 g; Bł.: 16.79 g; Sól: 4.83 g;	E: 1825.85 kcal; B: 70.47 g; T: 41.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; W: 303.32 g; W tym cukry: 99.16 g; Bł.: 19.52 g; Sól: 5.63 g;	E: 1000.00 kcal; B: 29.93 g; T: 25.63 g; Kw. tł. nasy.: 5.25 g; W: 167.08 g; W tym cukry: 20.09 g; Bł.: 9.06 g; Sól: 1.61 g;

	W-wa- PIM MSWiA I Podstawowa	W-wa- PIM MSWiA II Łatwostrawna	W-wa- PIM MSWiA IV Z ogr.pobud.soków żołądkowych	W-wa- PIM MSWiA V z ogr.weglowodanów prostych	W-wa- PIM MSWiA VI Niskotłuszczowa	W-wa- PIM MSWiA D1 Dzieci do 2 roku życia	W-wa- PIM MSWiA D2 Dzieci 2-4 rok życia	W-wa- PIM MSWiA D3 Dzieci >4 roku życia	W-wa- PIM MSWiA Posiłki profilaktyczne	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II / SN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * b/mleka 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 60 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 60 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 120 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 140 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Schab gotowany 80 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jabłko 150 g	
	PD			Maślanka 150 ml (MLE, OW.) Płatki owsiane 30 g (GLU, OW.)			Banan 150 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU, PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)			
		E: 2386.18 kcal; B: 98.26 g; T: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; W: 357.41 g; W tym cukry: 81.27 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 8.73 g;	E: 2479.06 kcal; B: 104.59 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 393.84 g; W tym cukry: 118.42 g; Bł.: 22.56 g; Sól: 6.87 g;	E: 2493.71 kcal; B: 107.25 g; T: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; W: 393.63 g; W tym cukry: 119.00 g; Bł.: 20.30 g; Sól: 6.22 g;	E: 2078.27 kcal; B: 107.01 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; W: 298.88 g; W tym cukry: 44.21 g; Bł.: 43.74 g; Sól: 9.50 g;	E: 2479.06 kcal; B: 104.59 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 393.84 g; W tym cukry: 118.42 g; Bł.: 22.56 g; Sól: 6.87 g;	E: 1880.57 kcal; B: 89.05 g; T: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 265.76 g; W tym cukry: 94.49 g; Bł.: 17.07 g; Sól: 6.58 g;	E: 1981.17 kcal; B: 88.93 g; T: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; W: 271.26 g; W tym cukry: 95.98 g; Bł.: 18.33 g; Sól: 6.86 g;	E: 2195.04 kcal; B: 101.79 g; T: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; W: 105.93 g; W tym cukry: 302.27 g; W tym cukry: 98.48 g; Bł.: 21.26 g; Sól: 7.92 g;	E: 875.36 kcal; B: 67.61 g; T: 22.16 g; Kw. tł. nasy.: 5.86 g; W: 105.93 g; W tym cukry: 20.27 g; Bł.: 10.93 g; Sól: 2.23 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,