

	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 pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Banan 150 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) mielona Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Szyńska Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ) Banan 150 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 40 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 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II/ SN				Chleb żytnio-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Polewica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Papryka świeża 50 g				
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 120 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 140 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cytryną 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Klopsik drobiowy z udźca 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL) Brokuł gotowany* 130 g Banan 150 g Paczek 1 szt (GLU PSZ, JAJ)
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g 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) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor 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 Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parz.o.z.dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor 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) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor 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) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szyńska debowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g 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) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce 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 oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce 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 oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	
	E: 2380.47 kcal; B: 95.56 g; T: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; W: 380.14 g; W tym cukry: 91.23 g; Bł.: 29.71 g; Sól: 10.15 g;	E: 2413.22 kcal; B: 90.95 g; T: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; W: 402.23 g; W tym cukry: 121.48 g; Bł.: 22.58 g; Sól: 8.20 g;	E: 2327.52 kcal; B: 89.34 g; T: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; W: 381.61 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 22.39 g; Sól: 8.53 g;	E: 2369.54 kcal; B: 113.09 g; T: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 332.11 g; W tym cukry: 31.79 g; Bł.: 48.81 g; Sól: 10.45 g;	E: 2318.25 kcal; B: 84.13 g; T: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; W: 404.85 g; W tym cukry: 121.98 g; Bł.: 21.80 g; Sól: 8.53 g;	E: 1747.61 kcal; B: 72.43 g; T: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; W: 281.69 g; W tym cukry: 126.50 g; Bł.: 11.97 g; Sól: 6.43 g;	E: 1838.66 kcal; B: 71.98 g; T: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; W: 289.42 g; W tym cukry: 119.72 g; Bł.: 14.44 g; Sól: 6.68 g;	E: 2119.04 kcal; B: 84.79 g; T: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; W: 330.71 g; W tym cukry: 125.02 g; Bł.: 18.05 g; Sól: 8.70 g;	E: 1320.56 kcal; B: 56.60 g; T: 43.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.63 g; W: 183.14 g; W tym cukry: 57.30 g; Bł.: 13.26 g; Sól: 2.32 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	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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g (MLE) Serek Fromage 100 g (GLUPSZ, MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko 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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek Fromage 50 g (GLUPSZ, MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek Fromage 100 g (GLUPSZ, MLE) Jabłko 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml		
II SN				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.mi z poł. kawałków miesa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				
Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wieprzowa mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR) Cukinia pieczona z koncentratem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ.) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szynka wieprzowa gotowana 80 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ.) Surówka Coleslaw (bez mleka) 130 g (JAJ, GOR) Cukinia pieczona z olejem 130 g Jabłko 150 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ)	
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Płatki owsiane 10 g (GLU OW)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)				
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) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z koncentratem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z koncentratem * 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) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Cukinia pieczona z koncentratem * 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka szkolna-wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 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) Szynka szkolna-wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) 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) Hummus z ciemierzycy 50 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciemierzycy 50 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciemierzycy 50 g Salata zielona 10 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Hummus z ciemierzycy 50 g Salata zielona 10 g	
	E: 2562.29 kcal; B: 89.75 g; T: 87.47 g; Kw. tł. nasy.: 47.20 g; W: 365.66 g; W tym cukry: 77.04 g; Bł.: 32.81 g; Sól: 8.58 g;	E: 2257.81 kcal; B: 99.62 g; T: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 364.99 g; W tym cukry: 80.16 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 8.35 g;	E: 2374.83 kcal; B: 100.07 g; T: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 366.48 g; W tym cukry: 81.43 g; Bł.: 23.21 g; Sól: 7.65 g;	E: 2229.72 kcal; B: 102.56 g; T: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; W: 333.27 g; W tym cukry: 65.70 g; Bł.: 42.46 g; Sól: 9.54 g;	E: 2267.81 kcal; B: 101.02 g; T: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; W: 365.69 g; W tym cukry: 80.76 g; Bł.: 24.80 g; Sól: 8.02 g;	E: 1750.43 kcal; B: 68.15 g; T: 53.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; W: 253.25 g; W tym cukry: 103.34 g; Bł.: 14.77 g; Sól: 3.68 g;	E: 1889.79 kcal; B: 73.64 g; T: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; W: 263.61 g; W tym cukry: 111.86 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 4.11 g;	E: 2291.99 kcal; B: 86.34 g; T: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 48.41 g; W: 309.09 g; W tym cukry: 120.00 g; Bł.: 19.28 g; Sól: 5.78 g;	E: 975.80 kcal; B: 62.84 g; T: 35.69 g; Kw. tł. nasy.: 6.11 g; W: 106.55 g; W tym cukry: 28.92 g; Bł.: 12.65 g; Sól: 1.79 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) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 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 ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 80 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Dżem 80 g 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (GLUPSZ, SOJ, 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) Pomidor 40 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wedzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLUPSZ, SOJ, MLE) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i chrzšanu b/c 130 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i chrzšanu b/c 130 g (MLE, SO2) Fasolka szparagowa z wody* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 120 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczarkowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i chrzšanu b/c 130 g (MLE, SO2) Fasolka szparagowa z wody* 130 g Banan 150 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	
PD				Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJC.)			Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)		
Kolejacja	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) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) 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) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 40 g Sałata 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) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 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) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Baton szynkowy z kurcząt 30 g (MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	
	E: 2114.83 kcal; B: 85.55 g; T: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; W: 346.31 g; W tym cukry: 62.80 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 9.05 g;	E: 2309.13 kcal; B: 84.06 g; T: 49.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.73 g; W: 394.50 g; W tym cukry: 104.09 g; Bł.: 28.05 g; Sól: 8.04 g;	E: 2342.54 kcal; B: 86.46 g; T: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; W: 395.45 g; W tym cukry: 104.85 g; Bł.: 23.54 g; Sól: 7.04 g;	E: 2089.76 kcal; B: 97.83 g; T: 55.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 320.86 g; W tym cukry: 43.70 g; Bł.: 46.83 g; Sól: 8.81 g;	E: 2339.13 kcal; B: 88.26 g; T: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; W: 396.60 g; W tym cukry: 105.89 g; Bł.: 25.80 g; Sól: 7.06 g;	E: 1517.72 kcal; B: 63.95 g; T: 38.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; W: 237.27 g; W tym cukry: 99.36 g; Bł.: 16.33 g; Sól: 3.84 g;	E: 1618.94 kcal; B: 64.25 g; T: 46.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; W: 245.09 g; W tym cukry: 111.15 g; Bł.: 17.35 g; Sól: 4.16 g;	E: 2012.30 kcal; B: 84.49 g; T: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 313.46 g; W tym cukry: 111.15 g; Bł.: 23.25 g; Sól: 6.23 g;	E: 1022.21 kcal; B: 49.01 g; T: 28.13 g; Kw. tł. nasy.: 5.74 g; W: 149.70 g; W tym cukry: 38.69 g; Bł.: 14.79 g; Sól: 2.49 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 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) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata 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 100 g (MLE) Drynio z wody 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Drynio z wody 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 100 g (MLE) Papryka świeża 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Drynio z wody 80 g Sałata 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Sałata 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 40 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Polewica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ZYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) 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.) Mięso 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.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) 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.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) 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.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
PD				Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)			Jabłko 150 g		
Kolejacja	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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Łopatką zbojniczą wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Sałata 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.) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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.) Sałata zielona 10 g	
	E: 2538.93 kcal; B: 83.90 g; T: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; W: 396.96 g; W tym cukry: 77.01 g; Bł.: 44.54 g; Sól: 11.37 g;	E: 2300.42 kcal; B: 93.18 g; T: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; W: 352.92 g; W tym cukry: 66.77 g; Bł.: 29.96 g; Sól: 8.87 g;	E: 2318.57 kcal; B: 100.78 g; T: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 344.31 g; W tym cukry: 65.02 g; Bł.: 21.52 g; Sól: 7.36 g;	E: 2234.70 kcal; B: 98.65 g; T: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; W: 320.85 g; W tym cukry: 57.83 g; Bł.: 48.78 g; Sól: 10.59 g;	E: 2330.42 kcal; B: 97.38 g; T: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; W: 355.02 g; W tym cukry: 68.57 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 7.90 g;	E: 1697.02 kcal; B: 72.54 g; T: 55.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.50 g; W: 237.80 g; W tym cukry: 76.91 g; Bł.: 21.35 g; Sól: 5.74 g;	E: 1867.92 kcal; B: 70.54 g; T: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; W: 241.25 g; W tym cukry: 77.45 g; Bł.: 22.39 g; Sól: 7.08 g;	E: 2071.37 kcal; B: 78.07 g; T: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; W: 179.13 g; W tym cukry: 83.61 g; Bł.: 26.01 g; Sól: 8.79 g;	E: 1250.04 kcal; B: 42.47 g; T: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 8.60 g; W: 179.13 g; W tym cukry: 25.85 g; Bł.: 15.30 g; Sól: 3.73 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	
Sniadanie	Kasza manna 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Jabłko pieczone 150 g Salata 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 Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo o.z. dodat.wody w osł.niejad 40 g Jabłko 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata 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) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wedz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) 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	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) 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 SN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu) 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 140 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Pulpet rybno-warzywny* 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 130 g (SEL) Pomarańcza 150 g Paczek 1 szt (GLU PSZ, JAJ)	
PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ)			Pomarańcza 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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomarańcza 150 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Dżem 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) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Pomarańcza 150 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 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) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szyunka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata 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) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Salata zielona 10 g			
	E: 2257.66 kcal; B: 95.39 g; T: 58.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; W: 353.43 g; W tym cukry: 75.79 g; Bł.: 33.65 g; Sól: 7.80 g;	E: 2448.37 kcal; B: 97.09 g; T: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; W: 386.93 g; W tym cukry: 104.20 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 7.41 g;	E: 2348.38 kcal; B: 92.07 g; T: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; W: 385.42 g; W tym cukry: 105.66 g; Bł.: 24.21 g; Sól: 7.39 g;	E: 2176.93 kcal; B: 103.30 g; T: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; W: 319.77 g; W tym cukry: 44.59 g; Bł.: 47.35 g; Sól: 9.10 g;	E: 2346.89 kcal; B: 91.91 g; T: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; W: 385.43 g; W tym cukry: 104.79 g; Bł.: 26.47 g; Sól: 8.03 g;	E: 1522.89 kcal; B: 64.24 g; T: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 228.61 g; W tym cukry: 90.26 g; Bł.: 17.18 g; Sól: 3.63 g;	E: 1574.93 kcal; B: 60.79 g; T: 48.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; W: 232.24 g; W tym cukry: 90.46 g; Bł.: 18.45 g; Sól: 3.70 g;	E: 1952.10 kcal; B: 86.74 g; T: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; W: 276.73 g; W tym cukry: 97.55 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 4.96 g;	E: 1076.16 kcal; B: 45.63 g; T: 34.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; W: 153.35 g; W tym cukry: 47.14 g; Bł.: 19.50 g; Sól: 2.34 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
2024-01-27 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne 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) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 40 g (SOJ, MLE) 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, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 40 g (SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 40 g (SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 20 g (SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 30 g (SOJ, MLE) Papryka świeża 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody, 40 g (SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE)			
2024-01-27 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL, SEL, GOR) Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Ziemniaki 180 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, PSZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, PSZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, PSZ) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL, SEL, GOR) Gulasz wieprzowy 100 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Ziemniaki 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL, SEL, GOR) Gulasz wieprzowy 120 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Ziemniaki 140 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL, SEL, GOR) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Ziemniaki 140 g Marchew gotowana z olejem* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, SEL, GOR) Ziemniaki 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 130 g Fasolka szparagowa z wody* 130 g Jabłko 150 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
		PD		Jabłko 150 g Maślanka 150 ml (MLE)		Galaretką jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (MLE)			
2024-01-27 sobota	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 soczewicy * 100 g (JAJ) Ogórek kiszony 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, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dymia z wody 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) Mielona Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Dymia z wody 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 soczewicy * 100 g (JAJ) Ogórek kiszony 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, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 40 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) Szynka gotowana extra-wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (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)	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Dżem 25 g 1 szt		
	E: 2540.20 kcal; B: 85.43 g; T: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 389.20 g; W tym cukry: 82.70 g; Bł.: 37.81 g; Sól: 11.11 g;	E: 2158.06 kcal; B: 88.86 g; T: 54.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; W: 336.21 g; W tym cukry: 66.87 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 8.83 g;	E: 2188.77 kcal; B: 93.68 g; T: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; W: 337.30 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 20.38 g; Sól: 7.52 g;	E: 2316.37 kcal; B: 105.36 g; T: 73.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; W: 333.40 g; W tym cukry: 67.97 g; Bł.: 22.64 g; Sól: 8.17 g;	E: 2177.41 kcal; B: 91.64 g; T: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; W: 337.46 g; W tym cukry: 67.97 g; Bł.: 22.64 g; Sól: 8.17 g;	E: 1485.83 kcal; B: 59.70 g; T: 36.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.80 g; W: 233.85 g; W tym cukry: 70.26 g; Bł.: 12.03 g; Sól: 4.00 g;	E: 1632.05 kcal; B: 64.63 g; T: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; W: 244.02 g; W tym cukry: 70.59 g; Bł.: 13.48 g; Sól: 4.75 g;	E: 1928.57 kcal; B: 81.65 g; T: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; W: 285.17 g; W tym cukry: 78.46 g; Bł.: 17.91 g; Sól: 7.29 g;	E: 1364.50 kcal; B: 68.80 g; T: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.65 g; W: 175.93 g; W tym cukry: 24.09 g; Bł.: 14.72 g; Sól: 2.22 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	
2024-01-28 niedziela	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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Banan 150 g Sałata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 20 g (SOJ.) Pomidor 40 g Sałata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g Sałata 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Hummus z ciecierzycy 50 g (MLE) Marchew słupek 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ SEL.) Mieso drobiowe mielone w sosie wł 80 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ SEL.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 100 g Brokuł gotowany* 100 g 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 koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 120 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki 140 g Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 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 z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Brokuł gotowany* 130 g Wafel Grzesiek 26g 1 szt (GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.) Banan 150 g
		PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g			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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomarańcza 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, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 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, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) mielona Szyńka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Mus z jabłek prażonych 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) Twarożek 100 g (MLE) Pomarańcza 150 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, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu waniliowa 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, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Pomarańcza 150 g Sałata 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) Ser żółty 40 g (MLE) Pomarańcza 150 g Sałata 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) Ser żółty 50 g (MLE) Pomarańcza 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szyńka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Dżem 25 g 1 szt		
	E: 2479.60 kcal; B: 113.78 g; T: 81.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.20 g; W: 338.19 g; W tym cukry: 73.14 g; Bł.: 112.39 g; Sól: 27.79 g; Sól: 8.17 g;	E: 2571.81 kcal; B: 120.95 g; T: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; W: 384.28 g; W tym cukry: 81.23 g; Bł.: 21.84 g; Sól: 7.67 g;	E: 2331.10 kcal; B: 91.58 g; T: 52.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; W: 385.78 g; W tym cukry: 109.20 g; Bł.: 19.83 g; Sól: 7.00 g;	E: 2350.38 kcal; B: 122.77 g; T: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 313.03 g; W tym cukry: 55.69 g; Bł.: 46.18 g; Sól: 8.35 g;	E: 2550.22 kcal; B: 117.76 g; T: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; W: 391.06 g; W tym cukry: 114.29 g; Bł.: 22.17 g; Sól: 6.99 g;	E: 1910.56 kcal; B: 93.10 g; T: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; W: 256.97 g; W tym cukry: 104.85 g; Bł.: 15.23 g; Sól: 4.08 g;	E: 2012.46 kcal; B: 94.30 g; T: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; W: 263.89 g; W tym cukry: 106.64 g; Bł.: 16.07 g; Sól: 4.47 g;	E: 2276.65 kcal; B: 107.37 g; T: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; W: 304.87 g; W tym cukry: 113.25 g; Bł.: 18.65 g; Sól: 5.58 g;	E: 1299.66 kcal; B: 91.37 g; T: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; W: 104.39 g; W tym cukry: 34.90 g; Bł.: 12.32 g; Sól: 2.37 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 owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, MLE) Mielony Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) 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, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Dżem 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 20 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórzyny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) 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.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (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 z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mieso wiewiórzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (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 z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 200 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 120 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 120 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pulpet mięsno-warzywny* (wiewiórzowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewiórzowy) 80 g (GLU, PSZ, JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka żydowska z olejem b/c 130 g Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			
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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mielona Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) 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, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 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, MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU, PSZ, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 40 g Sałata 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) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) 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) mielony Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) 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) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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		
E: 2373.64 kcal; B: 91.31 g; T: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; W: 391.78 g; W tym cukry: 102.61 g; Bł.: 32.06 g; Sól: 7.74 g;	E: 2416.35 kcal; B: 84.57 g; T: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 406.92 g; W tym cukry: 131.38 g; Bł.: 21.16 g; Sól: 7.97 g;	E: 2393.19 kcal; B: 87.39 g; T: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; W: 374.11 g; W tym cukry: 108.29 g; Bł.: 18.40 g; Sól: 7.83 g;	E: 2366.38 kcal; B: 105.92 g; T: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; W: 339.05 g; W tym cukry: 35.37 g; Bł.: 53.79 g; Sól: 9.12 g;	E: 2387.04 kcal; B: 80.15 g; T: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; W: 408.57 g; W tym cukry: 132.58 g; Bł.: 19.66 g; Sól: 8.17 g;	E: 1588.45 kcal; B: 65.09 g; T: 37.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; W: 253.66 g; W tym cukry: 126.35 g; Bł.: 9.31 g; Sól: 3.31 g;	E: 1713.58 kcal; B: 65.32 g; T: 45.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; W: 269.26 g; W tym cukry: 134.14 g; Bł.: 10.76 g; Sól: 3.65 g;	E: 2091.47 kcal; B: 81.01 g; T: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 330.84 g; W tym cukry: 148.03 g; Bł.: 15.06 g; Sól: 5.18 g;	E: 1361.60 kcal; B: 52.12 g; T: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.26 g; W: 184.72 g; W tym cukry: 21.50 g; Bł.: 11.85 g; Sól: 2.85 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 (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) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Makaron na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
	2024-01-30 wtorek			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Banan 150 g			
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mieso wieprzowe mielone w sosie w/ 80 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Szpinał gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem* 130 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 200 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 130 g Szpinał gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Banan 150 g
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)			

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 makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 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) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dynia z wody 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 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) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 40 g Dynia z wody 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) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 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) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 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) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 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) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynka szkolna-wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) 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) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g		
	E: 2513.65 kcal; B: 92.92 g; T: 85.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 358.75 g; W tym cukry: 61.03 g; Bł.: 34.13 g; Sól: 11.76 g;	E: 2223.18 kcal; B: 94.01 g; T: 49.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; W: 360.68 g; W tym cukry: 58.95 g; Bł.: 24.42 g; Sól: 8.90 g;	E: 2160.40 kcal; B: 92.00 g; T: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; W: 333.78 g; W tym cukry: 58.00 g; Bł.: 19.19 g; Sól: 8.67 g;	E: 2249.84 kcal; B: 99.03 g; T: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; W: 327.43 g; W tym cukry: 43.72 g; Bł.: 48.88 g; Sól: 10.91 g;	E: 2190.83 kcal; B: 91.39 g; T: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; W: 358.68 g; W tym cukry: 57.29 g; Bł.: 24.34 g; Sól: 9.61 g;	E: 1634.90 kcal; B: 66.21 g; T: 47.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; W: 245.43 g; W tym cukry: 87.80 g; Bł.: 18.40 g; Sól: 5.23 g;	E: 1802.90 kcal; B: 68.30 g; T: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; W: 258.65 g; W tym cukry: 90.50 g; Bł.: 20.61 g; Sól: 5.84 g;	E: 2072.98 kcal; B: 86.21 g; T: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; W: 303.50 g; W tym cukry: 95.65 g; Bł.: 24.10 g; Sól: 8.79 g;	E: 1246.46 kcal; B: 57.94 g; T: 36.32 g; Kw. tł. nasy.: 8.85 g; W: 178.39 g; W tym cukry: 35.50 g; Bł.: 16.63 g; Sól: 2.09 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 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) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wstępnych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Lopatką zbojnicka wierzpowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 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) mielona Lopatką zbojnicka wierzpowa wędzona 40 g (SOJ) 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 ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wstępnych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Lopatką zbojnicka wierzpowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 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) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wstępnych pieczony 40 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) 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) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wstępnych pieczony 73,5 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 40 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 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkami surowców wstępnych pieczony 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II/ŚN				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Baton szynkowy z kurczak 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Mandarynka 1 szt		
Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 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) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki 180 g Dynia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Dynia z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki 180 g Dynia z wody 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos bazylkowy* 50 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki 120 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos bazylkowy* 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* 300 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 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	Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ SEL) Ziemniaki 180 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 130 g (GOR) Dynia z wody 130 g Jabiko 1 szt 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	
PD			Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE)				Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE)		
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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Banan 150 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Banan 150 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) 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) 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) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Banan 150 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) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Banan 150 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) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Banan 150 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) mielona Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez młeczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	
	E: 2365.76 kcal; B: 97.44 g; T: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; W: 372.76 g; W tym cukry: 89.89 g; Bł.: 31.80 g; Sól: 10.50 g;	E: 2332.39 kcal; B: 92.25 g; T: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.93 g; W: 399.41 g; W tym cukry: 117.44 g; Bł.: 26.32 g; Sól: 9.01 g;	E: 2234.10 kcal; B: 96.34 g; T: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; W: 368.81 g; W tym cukry: 92.84 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 7.72 g;	E: 2203.20 kcal; B: 107.08 g; T: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 313.88 g; W tym cukry: 43.09 g; Bł.: 40.88 g; Sól: 10.71 g;	E: 2352.39 kcal; B: 95.05 g; T: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; W: 400.81 g; W tym cukry: 118.64 g; Bł.: 24.82 g; Sól: 8.36 g;	E: 1585.50 kcal; B: 67.64 g; T: 41.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; W: 244.12 g; W tym cukry: 106.49 g; Bł.: 16.74 g; Sól: 5.36 g;	E: 1731.77 kcal; B: 71.19 g; T: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; W: 252.24 g; W tym cukry: 108.53 g; Bł.: 17.87 g; Sól: 6.10 g;	E: 2073.26 kcal; B: 93.93 g; T: 60.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; W: 297.45 g; W tym cukry: 117.85 g; Bł.: 21.65 g; Sól: 7.49 g;	E: 900.32 kcal; B: 54.51 g; T: 28.66 g; Kw. tł. nasy.: 5.46 g; W: 108.40 g; W tym cukry: 23.76 g; Bł.: 12.52 g; Sól: 3.99 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	
2024-02-01 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 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) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Jabłko pieczone 150 g Salata 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE) Pomidor 40 g Salata 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) Pomidor 80 g Salata 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (SOJ, MLE) 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 ŻYT.) Twarożek 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Banan 150 g		
2024-02-01 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 120 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 140 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 130 g (SEL.) Brokuł gotowany* 130 g Jabłko 150 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		PD			Maślanka 150 ml (MLE) Jabłko 150 g			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)		
2024-02-01 czwartek	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciemnicy 100 g (JAJ) 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasztet z ciemnicy 100 g (JAJ) 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, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 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 ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Rzodkiew biała 40 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) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Salata zielona 10 g
	E: 2453.58 kcal; B: 83.64 g; T: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; W: 375.82 g; W tym cukry: 66.57 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 8.90 g;	E: 2296.72 kcal; B: 85.25 g; T: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; W: 369.67 g; W tym cukry: 74.05 g; Bł.: 26.98 g; Sól: 9.69 g;	E: 2331.24 kcal; B: 89.89 g; T: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; W: 369.67 g; W tym cukry: 76.37 g; Bł.: 22.28 g; Sól: 7.97 g;	E: 2345.33 kcal; B: 95.57 g; T: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; W: 338.53 g; W tym cukry: 61.61 g; Bł.: 53.70 g; Sól: 8.33 g;	E: 2316.72 kcal; B: 88.05 g; T: 59.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; W: 368.95 g; W tym cukry: 75.25 g; Bł.: 25.48 g; Sól: 9.04 g;	E: 1582.95 kcal; B: 65.33 g; T: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; W: 238.62 g; W tym cukry: 88.80 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 4.68 g;	E: 1668.29 kcal; B: 64.99 g; T: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; W: 244.77 g; W tym cukry: 91.75 g; Bł.: 17.95 g; Sól: 5.05 g;	E: 1921.71 kcal; B: 77.42 g; T: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 289.30 g; W tym cukry: 98.44 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 6.95 g;	E: 1398.33 kcal; B: 54.83 g; T: 53.50 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; W: 183.09 g; W tym cukry: 26.91 g; Bł.: 15.13 g; Sól: 2.33 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								
2024-02-02 Piątek	Śniadanie	Kasza jaglana 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) Salata zielona 20 g Mandarynka 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko 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 ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Jabłko pieczone 150 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Pomidor 40 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) 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 ZYT) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzbowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Mandarynka 150 g											
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Warzywa 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	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 180 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 120 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 140 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Warzywa po grecku* 130 g (GLU PSZ, SEL) Pączek 1 szt (GLU PSZ, JAJ) Mandarynka 150 g							
		PD		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ) Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml											
	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 100 g (JAJ, MLE) 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) pasta z wędliny drobiowej 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 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 100 g (JAJ, MLE) 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 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) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 40 g Salata 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 100 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 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) Płat szynkowy - produkt 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 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 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 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 wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g									
E: 2406.02 kcal; B: 103.34 g; T: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; W: 343.15 g; W tym cukry: 73.50 g; Bł.: 31.47 g; Sól: 8.45 g;		E: 2291.52 kcal; B: 102.09 g; T: 57.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 351.43 g; W tym cukry: 77.87 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 7.24 g;		E: 2183.36 kcal; B: 95.74 g; T: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 353.31 g; W tym cukry: 78.47 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 6.94 g;		E: 2085.94 kcal; B: 105.81 g; T: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; W: 288.66 g; W tym cukry: 32.12 g; Bł.: 42.85 g; Sól: 9.55 g;		E: 2162.00 kcal; B: 92.30 g; T: 47.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; W: 352.77 g; W tym cukry: 77.21 g; Bł.: 24.03 g; Sól: 7.91 g;		E: 1423.05 kcal; B: 63.98 g; T: 36.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; W: 215.80 g; W tym cukry: 90.57 g; Bł.: 15.05 g; Sól: 3.36 g;		E: 1498.66 kcal; B: 61.99 g; T: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; W: 221.59 g; W tym cukry: 92.57 g; Bł.: 15.98 g; Sól: 3.47 g;		E: 1913.33 kcal; B: 90.97 g; T: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; W: 269.71 g; W tym cukry: 104.00 g; Bł.: 20.18 g; Sól: 4.68 g;		E: 1383.82 kcal; B: 64.02 g; T: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; W: 161.01 g; W tym cukry: 42.57 g; Bł.: 16.52 g; Sól: 3.19 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
Shiadańskie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko pieczone 150 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko pieczone 150 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 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) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 40 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 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wiązki parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
II ŚN				Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Jabłko 150 g		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Buraczki gotowane 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 120 g (GLU JEJCZ) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 140 g (GLU JEJCZ) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 130 g (SEL) Jabłko 150 g Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
PD				Maślanka 150 ml (MLE) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (SOJ) Mus z jabłek prażonych 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidor 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) 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) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata 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)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Dżem 25 g 1 szt		
	E: 2136.24 kcal; B: 80.85 g; T: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; W: 347.08 g; W tym cukry: 65.57 g; Bł.: 33.93 g; Sól: 8.89 g;	E: 2258.09 kcal; B: 83.04 g; T: 46.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; W: 391.34 g; W tym cukry: 100.00 g; Bł.: 26.06 g; Sól: 8.35 g;	E: 2230.05 kcal; B: 86.73 g; T: 44.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; W: 383.47 g; W tym cukry: 102.13 g; Bł.: 21.35 g; Sól: 7.08 g;	E: 2124.23 kcal; B: 97.60 g; T: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; W: 315.26 g; W tym cukry: 37.41 g; Bł.: 41.94 g; Sól: 9.90 g;	E: 2278.09 kcal; B: 85.84 g; T: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 392.74 g; W tym cukry: 101.20 g; Bł.: 24.56 g; Sól: 7.70 g;	E: 1439.95 kcal; B: 62.52 g; T: 34.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; W: 229.58 g; W tym cukry: 84.25 g; Bł.: 15.92 g; Sól: 4.26 g;	E: 1528.07 kcal; B: 60.67 g; T: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; W: 238.10 g; W tym cukry: 86.31 g; Bł.: 17.38 g; Sól: 4.56 g;	E: 1827.95 kcal; B: 72.12 g; T: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; W: 282.22 g; W tym cukry: 90.77 g; Bł.: 24.70 g; Sól: 5.82 g;	E: 1286.93 kcal; B: 53.69 g; T: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g; W: 171.59 g; W tym cukry: 23.26 g; Bł.: 14.62 g; Sól: 2.31 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	
2024-02-04 niedziela	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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 80 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Dżem 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) 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) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Łopatką z bójnicka wieprzowa wędzona 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 ZYT) Hummus z ciecierzycy 50 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)		
2024-02-04 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet wieprzowy 80 g (GLUPSZ, JAJ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 60 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 60 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 80 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 130 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		PD			Jabłko 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		
2024-02-04 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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Banana 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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Banana 150 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) Banana 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Ogórek kiszony 70 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) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Banana 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 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Banana 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Banana 150 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) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Banana 150 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)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)		
		E: 2336.73 kcal; B: 101.64 g; T: 52.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; W: 377.87 g; W tym cukry: 99.28 g; Bł.: 30.19 g; Sól: 7.52 g;	E: 2447.60 kcal; B: 105.89 g; T: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; W: 403.69 g; W tym cukry: 119.67 g; Bł.: 18.88 g; Sól: 6.87 g;	E: 2562.49 kcal; B: 98.03 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; W: 416.60 g; W tym cukry: 126.00 g; Bł.: 21.66 g; Sól: 6.35 g;	E: 2060.50 kcal; B: 103.49 g; T: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; W: 307.75 g; W tym cukry: 119.67 g; Bł.: 43.07 g; Sól: 8.95 g;	E: 2497.75 kcal; B: 103.94 g; T: 53.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; W: 409.53 g; W tym cukry: 125.23 g; Bł.: 23.76 g; Sól: 7.06 g;	E: 1752.86 kcal; B: 81.17 g; T: 39.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; W: 278.20 g; W tym cukry: 106.45 g; Bł.: 3.78 g;	E: 1783.78 kcal; B: 76.22 g; T: 44.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; W: 280.80 g; W tym cukry: 111.48 g; Bł.: 4.03 g;	E: 2054.81 kcal; B: 93.50 g; T: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; W: 321.82 g; W tym cukry: 117.68 g; Bł.: 4.70 g;	E: 1342.88 kcal; B: 67.33 g; T: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.67 g; W: 149.90 g; W tym cukry: 27.36 g; Bł.: 2.11 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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,