

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)
	II SN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, _</u>)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE, _</u>) Sos szpinakowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 160 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g		Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE, _</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE, _</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ, _</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)
PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ, _</u>)		
	E: 2349,12 kcal; B: 84,27 g; T: 74,89 g; Kw. tł. nasy.: 29,53 g; W: 351,41 g; W tym cukry: 80,84 g; Bł.: 35,63 g; Sól: 7,74 g;	E: 1548,66 kcal; B: 58,48 g; T: 45,86 g; Kw. tł. nasy.: 19,77 g; W: 236,06 g; W tym cukry: 63,30 g; Bł.: 22,34 g; Sól: 4,85 g;	E: 2245,64 kcal; B: 82,91 g; T: 65,88 g; Kw. tł. nasy.: 28,90 g; W: 343,98 g; W tym cukry: 87,23 g; Bł.: 29,18 g; Sól: 5,87 g;	E: 2234,49 kcal; B: 82,94 g; T: 64,51 g; Kw. tł. nasy.: 28,81 g; W: 344,35 g; W tym cukry: 87,42 g; Bł.: 29,38 g; Sól: 5,87 g;	E: 2137,40 kcal; B: 84,19 g; T: 51,99 g; Kw. tł. nasy.: 16,76 g; W: 347,06 g; W tym cukry: 87,31 g; Bł.: 29,38 g; Sól: 7,16 g;	E: 2231,89 kcal; B: 87,72 g; T: 69,83 g; Kw. tł. nasy.: 19,62 g; W: 331,53 g; W tym cukry: 68,74 g; Bł.: 49,49 g; Sól: 7,74 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;	

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		II SN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PD	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)				Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PN	Sok jabłkowy 200 ml			Sok pomidorowy 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	
	E: 2265,84 kcal; B: 97,91 g; T: 59,92 g; Kw. tł. nasy.: 26,95 g; W: 347,52 g; W tym cukry: 85,82 g; Bł.: 30,07 g; Sól: 7,10 g;	E: 1657,99 kcal; B: 80,62 g; T: 43,00 g; Kw. tł. nasy.: 17,41 g; W: 244,31 g; W tym cukry: 58,27 g; Bł.: 16,17 g; Sól: 3,95 g;	E: 2310,74 kcal; B: 101,51 g; T: 61,21 g; Kw. tł. nasy.: 26,96 g; W: 349,76 g; W tym cukry: 87,89 g; Bł.: 22,73 g; Sól: 6,67 g;	E: 2263,92 kcal; B: 102,88 g; T: 61,41 g; Kw. tł. nasy.: 27,03 g; W: 337,17 g; W tym cukry: 74,57 g; Bł.: 24,89 g; Sól: 6,61 g;	E: 2185,32 kcal; B: 102,75 g; T: 52,78 g; Kw. tł. nasy.: 16,04 g; W: 337,06 g; W tym cukry: 74,46 g; Bł.: 24,89 g; Sól: 6,67 g;	E: 2034,86 kcal; B: 101,31 g; T: 59,85 g; Kw. tł. nasy.: 20,84 g; W: 294,12 g; W tym cukry: 45,88 g; Bł.: 42,97 g; Sól: 8,06 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;	

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-11-29 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (<u>RYB</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki () 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	PD		Banan 1szt. 1 szt				Mandarynki 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kiełbasa wieprzowa drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>)	
	E: 2365,25 kcal; B: 78,31 g; T: 76,02 g; Kw, tł. nasy.: 27,65 g; W: 356,82 g; W tym cukry: 102,32 g; Bł.: 31,41 g; Sól: 9,91 g;	E: 1673,08 kcal; B: 63,03 g; T: 47,57 g; Kw, tł. nasy.: 16,89 g; W: 260,05 g; W tym cukry: 88,58 g; Bł.: 22,47 g; Sól: 4,66 g;	E: 2413,21 kcal; B: 85,05 g; T: 68,87 g; Kw, tł. nasy.: 26,75 g; W: 379,67 g; W tym cukry: 109,07 g; Bł.: 31,99 g; Sól: 6,64 g;	E: 2412,80 kcal; B: 85,04 g; T: 68,87 g; Kw, tł. nasy.: 26,75 g; W: 379,58 g; W tym cukry: 109,00 g; Bł.: 31,97 g; Sól: 6,64 g;	E: 2334,20 kcal; B: 84,91 g; T: 60,24 g; Kw, tł. nasy.: 15,75 g; W: 379,46 g; W tym cukry: 108,89 g; Bł.: 31,97 g; Sól: 6,70 g;	E: 2117,88 kcal; B: 81,60 g; T: 72,20 g; Kw, tł. nasy.: 17,69 g; W: 306,45 g; W tym cukry: 56,29 g; Bł.: 42,21 g; Sól: 10,21 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw, tł. nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;	

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 30 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		II ŚN	Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
2023-11-30 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki () 200 g Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
2023-11-30 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		PN		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)	
		E: 2394,59 kcal; B: 82,65 g; T: 69,42 g; Kw, tł, nasy.: 29,82 g; W: 380,32 g; W tym cukry: 64,26 g; Bł.: 42,73 g; Sól: 9,23 g;	E: 1765,22 kcal; B: 75,40 g; T: 55,56 g; Kw, tł, nasy.: 18,88 g; W: 251,15 g; W tym cukry: 38,61 g; Bł.: 21,95 g; Sól: 4,67 g;	E: 2307,20 kcal; B: 89,32 g; T: 64,86 g; Kw, tł, nasy.: 24,95 g; W: 360,56 g; W tym cukry: 71,29 g; Bł.: 38,15 g; Sól: 6,11 g;	E: 2273,03 kcal; B: 88,10 g; T: 68,18 g; Kw, tł, nasy.: 24,95 g; W: 339,93 g; W tym cukry: 66,71 g; Bł.: 27,19 g; Sól: 5,90 g;	E: 2194,43 kcal; B: 87,97 g; T: 59,56 g; Kw, tł, nasy.: 13,95 g; W: 339,81 g; W tym cukry: 66,60 g; Bł.: 27,19 g; Sól: 5,96 g;	E: 2041,83 kcal; B: 82,86 g; T: 66,51 g; Kw, tł, nasy.: 15,77 g; W: 301,91 g; W tym cukry: 40,93 g; Bł.: 49,00 g; Sól: 7,70 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw, tł, nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		II ŚN	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
2023-12-01 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PD	Wafle ryżowe 30 g				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
2023-12-01 piątek	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PN	Wafle ryżowe 30 g	Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)	
		E: 2344,89 kcal; B: 82,39 g; T: 73,94 g; Kw. tł. nasy.: 27,03 g; W: 349,55 g; W tym cukry: 68,06 g; Bl.: 30,61 g; Sól: 5,97 g;	E: 1702,08 kcal; B: 84,57 g; T: 56,79 g; Kw. tł. nasy.: 20,45 g; W: 221,40 g; W tym cukry: 39,08 g; Bl.: 19,24 g; Sól: 3,65 g;	E: 2335,83 kcal; B: 98,76 g; T: 70,47 g; Kw. tł. nasy.: 26,72 g; W: 338,56 g; W tym cukry: 70,53 g; Bl.: 26,48 g; Sól: 5,01 g;	E: 2288,17 kcal; B: 99,67 g; T: 65,67 g; Kw. tł. nasy.: 26,17 g; W: 336,60 g; W tym cukry: 71,11 g; Bl.: 25,99 g; Sól: 4,62 g;	E: 2174,67 kcal; B: 86,52 g; T: 53,78 g; Kw. tł. nasy.: 13,11 g; W: 348,53 g; W tym cukry: 83,07 g; Bl.: 26,31 g; Sól: 4,64 g;	E: 2079,01 kcal; B: 97,32 g; T: 76,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,11 g; W: 271,06 g; W tym cukry: 42,06 g; Bl.: 40,96 g; Sól: 7,17 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bl.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata		
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 50 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (MLE.)		
		Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SOJ, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
			PD	Chrupki kukurydziane 20 g				Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 30 g (SEZ.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 20 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
			PN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konsenwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)	
	E: 2164,98 kcal; B: 73,19 g; T: 74,22 g; Kw, tł, nasy.: 31,45 g; W: 314,28 g; W tym cukry: 72,47 g; Bł.: 31,06 g; Sól: 11,31 g;	E: 1544,21 kcal; B: 65,13 g; T: 45,00 g; Kw, tł, nasy.: 17,97 g; W: 230,74 g; W tym cukry: 61,60 g; Bł.: 21,81 g; Sól: 5,26 g;	E: 2200,62 kcal; B: 82,29 g; T: 66,94 g; Kw, tł, nasy.: 29,26 g; W: 331,30 g; W tym cukry: 82,68 g; Bł.: 28,16 g; Sól: 7,26 g;	E: 2188,17 kcal; B: 82,67 g; T: 67,50 g; Kw, tł, nasy.: 29,18 g; W: 327,23 g; W tym cukry: 81,40 g; Bł.: 29,37 g; Sól: 7,41 g;	E: 2109,57 kcal; B: 82,53 g; T: 58,88 g; Kw, tł, nasy.: 18,18 g; W: 327,11 g; W tym cukry: 81,29 g; Bł.: 29,37 g; Sól: 7,47 g;	E: 2039,24 kcal; B: 80,90 g; T: 64,12 g; Kw, tł, nasy.: 18,51 g; W: 303,55 g; W tym cukry: 56,59 g; Bł.: 40,81 g; Sól: 9,06 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw, tł, nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;		

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 20 g Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	II SN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor 50 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	PN	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawalków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ</u>)	
	E: 2668,78 kcal; B: 110,32 g; T: 97,93 g; Kw, tł. nasy.: 39,52 g; W: 349,32 g; W tym cukry: 70,01 g; Bł.: 29,77 g; Sól: 8,47 g;	E: 1983,14 kcal; B: 93,07 g; T: 71,78 g; Kw, tł. nasy.: 24,14 g; W: 248,97 g; W tym cukry: 53,11 g; Bł.: 20,25 g; Sól: 5,27 g;	E: 2601,72 kcal; B: 112,83 g; T: 88,53 g; Kw, tł. nasy.: 34,28 g; W: 347,26 g; W tym cukry: 68,66 g; Bł.: 22,38 g; Sól: 6,29 g;	E: 2626,97 kcal; B: 108,02 g; T: 89,43 g; Kw, tł. nasy.: 33,42 g; W: 359,25 g; W tym cukry: 76,74 g; Bł.: 27,66 g; Sól: 7,04 g;	E: 2548,37 kcal; B: 107,89 g; T: 80,81 g; Kw, tł. nasy.: 22,43 g; W: 359,13 g; W tym cukry: 76,63 g; Bł.: 27,66 g; Sól: 7,10 g;	E: 2201,28 kcal; B: 106,35 g; T: 77,79 g; Kw, tł. nasy.: 23,79 g; W: 288,40 g; W tym cukry: 54,37 g; Bł.: 40,21 g; Sól: 7,63 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw, tł. nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bł.: 42,15 g; Sól: 2,82 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

DIETETYK CENTRALNY

Anna Smuda
mgr Anna Smuda

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - 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 JE CZ - 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,