

	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		
2023-12-04 poniedziałek	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>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Słupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenina długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Słupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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 Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkami białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Słupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		II ŚN	Bulka pszenina długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkami wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami 350 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż (brązowy) z jabłkami 350 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PD		Chrupki kukurydziane 20 g			Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Salata zielona 20 g Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Bulka pszenina długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>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	Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 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	Bulka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>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			Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>)	
	E: 2445,87 kcal; B: 88,79 g; T: 57,64 g; Kw, tł, nasy.: 27,56 g; W: 408,51 g; W tym cukry: 120,64 g; Bł.: 33,73 g; Sól: 6,84 g;	E: 1581,38 kcal; B: 58,91 g; T: 33,56 g; Kw, tł, nasy.: 17,31 g; W: 269,74 g; W tym cukry: 68,75 g; Bł.: 18,14 g; Sól: 3,83 g;	E: 2212,52 kcal; B: 73,21 g; T: 47,50 g; Kw, tł, nasy.: 25,07 g; W: 384,28 g; W tym cukry: 104,14 g; Bł.: 23,02 g; Sól: 4,58 g;	E: 2211,54 kcal; B: 73,17 g; T: 47,50 g; Kw, tł, nasy.: 25,07 g; W: 384,06 g; W tym cukry: 103,99 g; Bł.: 22,97 g; Sól: 4,56 g;	E: 2103,63 kcal; B: 72,54 g; T: 38,61 g; Kw, tł, nasy.: 14,02 g; W: 377,27 g; W tym cukry: 98,11 g; Bł.: 22,16 g; Sól: 4,61 g;	E: 1873,99 kcal; B: 69,82 g; T: 43,01 g; Kw, tł, nasy.: 15,68 g; W: 323,58 g; W tym cukry: 53,77 g; Bł.: 45,08 g; Sól: 6,56 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	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Makaron 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Makaron 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Makaron 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Makaron 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 50 g	Makaron 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 Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (I) 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 50 g	Papka Ob (I) 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>)	
2023-12-05 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki (I) 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (I) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem (I) 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem (I) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Wielowarzywna z ziemniakami (I) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki (I) 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob (I) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)			Sok pomidorowy 200 ml Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
2023-12-05 wtorek	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>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	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 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 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>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Papka Ob (I) 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PN	Sok pomidorowy 200 ml				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: 2233,77 kcal; B: 89,53 g; T: 63,96 g; Kw, tl, nasy.: 28,04 g; W: 340,44 g; W tym cukry: 67,24 g; Bt.: 32,98 g; Sól: 7,69 g;	E: 1676,09 kcal; B: 77,81 g; T: 51,69 g; Kw, tl, nasy.: 20,39 g; W: 235,95 g; W tym cukry: 43,10 g; Bt.: 22,85 g; Sól: 5,18 g;	E: 2308,33 kcal; B: 94,27 g; T: 66,23 g; Kw, tl, nasy.: 27,44 g; W: 348,99 g; W tym cukry: 71,98 g; Bt.: 30,56 g; Sól: 6,07 g;	E: 2307,51 kcal; B: 94,24 g; T: 66,23 g; Kw, tl, nasy.: 27,44 g; W: 348,80 g; W tym cukry: 71,85 g; Bt.: 30,51 g; Sól: 6,05 g;	E: 2210,43 kcal; B: 95,49 g; T: 53,71 g; Kw, tl, nasy.: 15,39 g; W: 351,51 g; W tym cukry: 71,74 g; Bt.: 30,51 g; Sól: 7,33 g;	E: 2036,26 kcal; B: 92,55 g; T: 58,42 g; Kw, tl, nasy.: 18,53 g; W: 306,69 g; W tym cukry: 40,74 g; Bt.: 45,15 g; Sól: 7,50 g;	E: 1987,50 kcal; B: 98,91 g; T: 71,49 g; Kw, tl, nasy.: 24,45 g; W: 258,96 g; W tym cukry: 30,48 g; Bt.: 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	
2023-12-06 środa	Śniadanie	Ryż na mleku/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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Ryż na mleku/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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/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 Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 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 jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Gyros z kurczaka 100 g (<u>GOR</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 160 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 200 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 200 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 200 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	
	PD		Niespodzianka 1 szt			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)		
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</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>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</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>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</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>) 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>)	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 Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</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			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)		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: 2057,30 kcal; B: 86,61 g; T: 62,33 g; Kw. tł. nasy.: 26,13 g; W: 298,20 g; W tym cukry: 61,71 g; Bl.: 23,44 g; Sól: 8,23 g;	E: 1350,56 kcal; B: 68,00 g; T: 34,66 g; Kw. tł. nasy.: 14,78 g; W: 194,97 g; W tym cukry: 46,22 g; Bl.: 13,37 g; Sól: 3,75 g;	E: 2091,46 kcal; B: 92,40 g; T: 53,75 g; Kw. tł. nasy.: 24,90 g; W: 315,60 g; W tym cukry: 67,55 g; Bl.: 20,23 g; Sól: 5,57 g;	E: 2090,89 kcal; B: 92,38 g; T: 53,75 g; Kw. tł. nasy.: 24,90 g; W: 315,47 g; W tym cukry: 67,46 g; Bl.: 20,20 g; Sól: 5,56 g;	E: 2012,29 kcal; B: 92,24 g; T: 45,12 g; Kw. tł. nasy.: 13,90 g; W: 315,36 g; W tym cukry: 67,35 g; Bl.: 20,20 g; Sól: 5,62 g;	E: 1844,49 kcal; B: 87,52 g; T: 46,84 g; Kw. tł. nasy.: 15,46 g; W: 285,72 g; W tym cukry: 47,06 g; Bl.: 36,05 g; Sól: 8,45 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	
2023-12-07 czwartek	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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata 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>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata 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>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata 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>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor 50 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>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 160 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g		Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
		PD	Chrupki kukurydziane 20 g			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>) Pasztet z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g 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>) Pomidor b/skórki 50 g 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>) Pomidor 70 g 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Bulka 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 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 Pasztet z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Rzodkiew biała 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		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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (<u>SOJ</u>)		
	E: 2394,27 kcal; B: 76,20 g; T: 85,51 g; Kw, tł, nasy.: 32,95 g; W: 341,94 g; W tym cukry: 79,46 g; Bł.: 35,19 g; Sól: 7,38 g;	E: 1675,76 kcal; B: 68,45 g; T: 49,28 g; Kw, tł, nasy.: 19,85 g; W: 249,26 g; W tym cukry: 45,69 g; Bł.: 20,95 g; Sól: 5,24 g;	E: 2285,71 kcal; B: 85,28 g; T: 66,88 g; Kw, tł, nasy.: 27,76 g; W: 347,48 g; W tym cukry: 79,80 g; Bł.: 25,33 g; Sól: 6,90 g;	E: 2284,73 kcal; B: 85,24 g; T: 66,88 g; Kw, tł, nasy.: 27,76 g; W: 347,26 g; W tym cukry: 79,65 g; Bł.: 25,28 g; Sól: 6,88 g;	E: 2206,13 kcal; B: 85,11 g; T: 58,26 g; Kw, tł, nasy.: 16,76 g; W: 315,37 g; W tym cukry: 79,54 g; Bł.: 25,28 g; Sól: 6,84 g;	E: 2160,27 kcal; B: 81,26 g; T: 70,10 g; Kw, tł, nasy.: 19,44 g; W: 315,37 g; W tym cukry: 53,12 g; Bł.: 50,06 g; Sól: 6,84 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	
2023-12-08 piątek	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 75 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 70 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>) Dżem 40 g Jabłko pieczone 70 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>) 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 Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 100 g Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</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	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PD		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				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>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem-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 koperkiem-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>) Twarożek 80 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 Twarożek 80 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN			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>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)	
	E: 2369,64 kcal; B: 92,45 g; T: 75,04 g; Kw. tł. nasy.: 28,16 g; W: 343,08 g; W tym cukry: 70,24 g; Bł.: 28,72 g; Sól: 6,45 g;	E: 1621,68 kcal; B: 76,58 g; T: 43,96 g; Kw. tł. nasy.: 17,89 g; W: 237,52 g; W tym cukry: 54,78 g; Bł.: 16,99 g; Sól: 3,45 g;	E: 2316,41 kcal; B: 95,94 g; T: 61,26 g; Kw. tł. nasy.: 27,17 g; W: 356,88 g; W tym cukry: 74,21 g; Bł.: 24,48 g; Sól: 5,06 g;	E: 2271,08 kcal; B: 87,35 g; T: 53,83 g; Kw. tł. nasy.: 24,93 g; W: 371,01 g; W tym cukry: 88,92 g; Bł.: 24,75 g; Sól: 4,63 g;	E: 2192,48 kcal; B: 87,22 g; T: 45,20 g; Kw. tł. nasy.: 13,93 g; W: 370,90 g; W tym cukry: 88,81 g; Bł.: 24,75 g; Sól: 4,69 g;	E: 2014,88 kcal; B: 88,10 g; T: 57,45 g; Kw. tł. nasy.: 17,26 g; W: 305,12 g; W tym cukry: 56,29 g; Bł.: 39,09 g; Sól: 6,36 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Płatki 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>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz. w osłonce niejadalnej) 80 g (<u>SOJ, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ketchup 20 g (<u>SEL, _</u>) Rukola 20 g	Płatki 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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Rukola 10 g	Płatki 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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Płatki 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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Płatki 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 Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml 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 Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Rukola 20 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)
		II SN	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	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR, _</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Potrawka drobiowa () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, _</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwintna 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	Chrupki kukurydziane 20 g				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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 10 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 20 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 Salatka z ryżu (brązowego), brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL, _</u>) Salata zielona 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		Banan 1szt, 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE, _</u>)	
	E: 2525,77 kcal; B: 78,28 g; T: 85,07 g; Kw. tł. nasy.: 29,96 g; W: 369,01 g; W tym cukry: 102,69 g; Bł.: 31,61 g; Sól: 8,95 g;	E: 1910,61 kcal; B: 67,66 g; T: 47,14 g; Kw. tł. nasy.: 17,14 g; W: 311,75 g; W tym cukry: 86,55 g; Bł.: 24,74 g; Sól: 4,79 g;	E: 2438,20 kcal; B: 79,70 g; T: 67,61 g; Kw. tł. nasy.: 27,61 g; W: 387,40 g; W tym cukry: 106,88 g; Bł.: 29,11 g; Sól: 6,27 g;	E: 2437,80 kcal; B: 79,69 g; T: 67,61 g; Kw. tł. nasy.: 27,61 g; W: 387,31 g; W tym cukry: 106,82 g; Bł.: 29,09 g; Sól: 6,26 g;	E: 2359,20 kcal; B: 79,55 g; T: 58,98 g; Kw. tł. nasy.: 16,61 g; W: 387,19 g; W tym cukry: 106,71 g; Bł.: 29,09 g; Sól: 6,32 g;	E: 2042,42 kcal; B: 74,99 g; T: 64,94 g; Kw. tł. nasy.: 17,62 g; W: 309,40 g; W tym cukry: 50,89 g; Bł.: 42,61 g; Sól: 7,40 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	
2023-12-10 niedziela	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 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 z ziołami 70 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor b/skórki 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 z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 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 z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor b/skórki 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE, _</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)	
		II SN	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW, _</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, _</u>)	
2023-12-10 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 100 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g 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>)		
2023-12-10 niedziela	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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Ogórek kiszony 50 g	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>) 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, parzony w osłonce 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, parzony w osłonce 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, parzony w osłonce 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, parzony w osłonce 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>) Ogórek kiszony 50 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>)
		PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</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: 2495,04 kcal; B: 94,40 g; T: 88,31 g; Kw, tł, nasy.: 37,92 g; W: 340,42 g; W tym cukry: 57,16 g; Bł.: 23,53 g; Sól: 8,73 g;	E: 1652,54 kcal; B: 85,75 g; T: 47,10 g; Kw, tł, nasy.: 20,96 g; W: 224,73 g; W tym cukry: 38,61 g; Bł.: 12,81 g; Sól: 4,45 g;	E: 2238,95 kcal; B: 107,56 g; T: 58,21 g; Kw, tł, nasy.: 27,72 g; W: 325,52 g; W tym cukry: 56,33 g; Bł.: 15,09 g; Sól: 5,58 g;	E: 2237,98 kcal; B: 107,52 g; T: 58,21 g; Kw, tł, nasy.: 27,72 g; W: 325,30 g; W tym cukry: 56,17 g; Bł.: 15,04 g; Sól: 5,56 g;	E: 2144,59 kcal; B: 106,84 g; T: 48,53 g; Kw, tł, nasy.: 16,62 g; W: 324,40 g; W tym cukry: 55,64 g; Bł.: 15,05 g; Sól: 5,60 g;	E: 1987,18 kcal; B: 102,84 g; T: 55,00 g; Kw, tł, nasy.: 19,29 g; W: 286,98 g; W tym cukry: 50,68 g; Bł.: 37,72 g; Sól: 7,51 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 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,