

	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	
2024-01-22, poniedziałek	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 Sałata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)
		I i 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 JĘCZ,</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 JĘCZ,</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 JĘCZ,</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 JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 JĘCZ,</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: 2135.20 kcal; B: 84.15 g; T: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; W: 347.00 g; W tym cukry: 87.27 g; Bł.: 29.38 g; Sól: 7.14 g;	E: 2229.69 kcal; B: 87.68 g; T: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 331.47 g; W tym cukry: 68.70 g; Bł.: 49.49 g; Sól: 7.72 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	
2024-01-23 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata 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 ŚN	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 Sałatka 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 Sałatka 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 Sałatka 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 Sałatka 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 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>) 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 młkiem/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 młkiem/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 młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 młkiem/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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 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		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			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: 2259.84 kcal; B: 98.31 g; T: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; W: 345.72 g; W tym cukry: 84.22 g; Bł.: 30.07 g; Sól: 7.14 g;	E: 1651.99 kcal; B: 81.02 g; T: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; W: 242.51 g; W tym cukry: 56.67 g; Bł.: 16.17 g; Sól: 4.00 g;	E: 2304.74 kcal; B: 101.91 g; T: 61.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; W: 347.96 g; W tym cukry: 86.29 g; Bł.: 22.73 g; Sól: 5.71 g;	E: 2303.92 kcal; B: 101.88 g; T: 61.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; W: 347.77 g; W tym cukry: 86.17 g; Bł.: 22.69 g; Sól: 5.70 g;	E: 2223.12 kcal; B: 101.71 g; T: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; W: 347.60 g; W tym cukry: 86.02 g; Bł.: 22.69 g; Sól: 5.74 g;	E: 2032.66 kcal; B: 101.27 g; T: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; W: 294.06 g; W tym cukry: 45.84 g; Bł.: 42.97 g; Sól: 8.04 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	
2024-01-24 środa	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) 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 (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) 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 (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Sałata 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	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	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SOJ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 100 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, SOJ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PD		Banan 1szt. 1 szt				Mandarynka 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Banan 1szt. 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowa drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)	
	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: 2332.00 kcal; B: 84.87 g; T: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.67 g; W: 379.40 g; W tym cukry: 108.85 g; Bł.: 31.97 g; Sól: 6.68 g;	E: 2115.68 kcal; B: 81.56 g; T: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; W: 306.39 g; W tym cukry: 56.25 g; Bł.: 42.21 g; Sól: 10.19 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	
2024-01-25 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u> , Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , Bułka 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , Bułka 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u> , Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u> , Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)
	II ŚN		Bułka 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>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Ziemniaki () 200 g Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</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</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</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	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL</u> , <u>GLU JĘCZ</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</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)
	PD		Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>MLE</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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> , Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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 Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>)
	PN			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ,			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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: 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;
	E: 2270.92 kcal; B: 81.26 g; T: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; W: 367.49 g; W tym cukry: 62.60 g; Bł.: 40.15 g; Sól: 8.73 g;	E: 1696.46 kcal; B: 73.51 g; T: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; W: 235.51 g; W tym cukry: 36.31 g; Bł.: 19.27 g; Sól: 4.43 g;	E: 2242.99 kcal; B: 87.72 g; T: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; W: 345.83 g; W tym cukry: 69.48 g; Bł.: 35.81 g; Sól: 5.88 g;	E: 2208.41 kcal; B: 86.49 g; T: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; W: 325.10 g; W tym cukry: 64.84 g; Bł.: 24.83 g; Sól: 5.67 g;	E: 2127.61 kcal; B: 86.32 g; T: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.65 g; W: 324.93 g; W tym cukry: 64.69 g; Bł.: 24.83 g; Sól: 5.71 g;	E: 1915.96 kcal; B: 81.43 g; T: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; W: 289.01 g; W tym cukry: 39.23 g; Bł.: 46.42 g; Sól: 7.18 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	
2024-01-26 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>)	
	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 oprószone 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 Bukiet jarzyn oprószone 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>)	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>) Bukiet jarzyn oprószone 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 oprószone 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>)	
	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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z makiem/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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/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 makiem/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 makiem/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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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; Bł.: 30.61 g; Sól: 5.97 g;	E: 1736.25 kcal; B: 91.18 g; T: 57.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; W: 221.40 g; W tym cukry: 39.08 g; Bł.: 19.24 g; Sól: 3.74 g;	E: 2378.55 kcal; B: 107.02 g; T: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; W: 338.56 g; W tym cukry: 70.53 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 5.13 g;	E: 2330.89 kcal; B: 107.93 g; T: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; W: 336.60 g; W tym cukry: 71.11 g; Bł.: 25.99 g; Sól: 4.74 g;	E: 2215.19 kcal; B: 94.74 g; T: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; W: 348.47 g; W tym cukry: 83.03 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 4.74 g;	E: 2119.53 kcal; B: 105.54 g; T: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; W: 271.00 g; W tym cukry: 42.02 g; Bł.: 40.96 g; Sól: 7.27 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		
2024-01-27 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.) Sałata 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.) Sałata 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.) Sałata 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.) Sałata 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata 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 Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzona 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: 2107.37 kcal; B: 82.49 g; T: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.10 g; W: 327.05 g; W tym cukry: 81.25 g; Bł.: 29.37 g; Sól: 7.45 g;	E: 2037.04 kcal; B: 80.86 g; T: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; W: 303.49 g; W tym cukry: 56.55 g; Bł.: 40.81 g; Sól: 9.04 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	
2024-01-28 niedziela	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) Ser żółty 30 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
		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 (MLE.)	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) 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	Grysiówka () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 50 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		PN	Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)
	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: 2546.17 kcal; B: 107.85 g; T: 80.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; W: 359.07 g; W tym cukry: 76.59 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 7.08 g;	E: 2199.08 kcal; B: 106.31 g; T: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; W: 288.34 g; W tym cukry: 54.33 g; Bł.: 40.21 g; Sól: 7.61 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
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>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ,</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
2024-01-29 poniedziałek 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 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>) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/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 twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/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: 2101.43 kcal; B: 72.50 g; T: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; W: 377.21 g; W tym cukry: 98.07 g; Bł.: 22.16 g; Sól: 4.59 g;	E: 1871.79 kcal; B: 69.78 g; T: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; W: 323.52 g; W tym cukry: 53.73 g; Bł.: 45.08 g; Sól: 6.54 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	
2024-01-30 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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 () 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 () 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 () 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL,</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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Sałata 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 SN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 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 () 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 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 () 160 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 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 () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Wielowarzywna z ziemniakami () 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 () 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 () 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% 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>) 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)
	PN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			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: 2339.39 kcal; B: 86.19 g; T: 78.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; W: 337.90 g; W tym cukry: 66.17 g; Bł.: 31.58 g; Sól: 8.93 g;	E: 1676.09 kcal; B: 77.81 g; T: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; W: 235.95 g; W tym cukry: 43.10 g; Bł.: 22.85 g; Sól: 5.18 g;	E: 2308.33 kcal; B: 94.27 g; T: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; W: 348.99 g; W tym cukry: 71.98 g; Bł.: 30.56 g; Sól: 6.07 g;	E: 2307.51 kcal; B: 94.24 g; T: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; W: 348.80 g; W tym cukry: 71.85 g; Bł.: 30.51 g; Sól: 6.05 g;	E: 2210.43 kcal; B: 95.49 g; T: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; W: 351.51 g; W tym cukry: 71.74 g; Bł.: 30.51 g; Sól: 7.33 g;	E: 2141.88 kcal; B: 89.20 g; T: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; W: 304.14 g; W tym cukry: 39.67 g; Bł.: 43.75 g; Sól: 8.74 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 wydzielanie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata
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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 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 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 Sałatka 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>) Dyńa 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>) Dyńa 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>) Dyńa 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>) Dyńa 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 Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)
	PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 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>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 wiewprzowiny, 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 JĘCZ</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 wiewprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 wiewprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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- kielbasa wiewprzowo 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; Bł.: 23.44 g; Sól: 8.23 g;	E: 1415.10 kcal; B: 68.94 g; T: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.81 g; W: 204.87 g; W tym cukry: 49.24 g; Bł.: 13.59 g; Sól: 3.80 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; Bł.: 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; Bł.: 20.20 g; Sól: 5.56 g;	E: 2010.09 kcal; B: 92.20 g; T: 44.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 315.30 g; W tym cukry: 67.31 g; Bł.: 20.20 g; Sól: 5.60 g;	E: 1842.29 kcal; B: 87.48 g; T: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; W: 285.66 g; W tym cukry: 47.02 g; Bł.: 36.05 g; Sól: 8.43 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	
2024-02-01 czwartek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) 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.) 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 (MLE.) 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.) Sałata 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 160 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g			Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g				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.) Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)	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;
	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: 2203,93 kcal; B: 85,07 g; T: 58,06 g; Kw. tł. nasy.: 16,68 g; W: 347,09 g; W tym cukry: 79,50 g; Bł.: 25,28 g; Sól: 6,92 g;	E: 2158,07 kcal; B: 81,22 g; T: 69,90 g; Kw. tł. nasy.: 19,36 g; W: 315,31 g; W tym cukry: 53,08 g; Bł.: 50,06 g; Sól: 6,82 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	
2024-02-02 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) 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>) 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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: 2407.02 kcal; B: 99.67 g; T: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; W: 343.08 g; W tym cukry: 70.24 g; Bł.: 28.72 g; Sól: 6.56 g;	E: 1648.38 kcal; B: 81.74 g; T: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; W: 237.52 g; W tym cukry: 54.78 g; Bł.: 16.99 g; Sól: 3.52 g;	E: 2349.79 kcal; B: 102.39 g; T: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; W: 356.88 g; W tym cukry: 74.21 g; Bł.: 24.48 g; Sól: 5.14 g;	E: 2304.46 kcal; B: 93.80 g; T: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; W: 371.01 g; W tym cukry: 88.92 g; Bł.: 24.75 g; Sól: 4.71 g;	E: 2223.66 kcal; B: 93.63 g; T: 45.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; W: 370.84 g; W tym cukry: 88.77 g; Bł.: 24.75 g; Sól: 4.75 g;	E: 2046.05 kcal; B: 94.51 g; T: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; W: 305.06 g; W tym cukry: 56.25 g; Bł.: 39.09 g; Sól: 6.43 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	
2024-02-03 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>)
		IFN	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>) 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* 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>)	
	Kolecja	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 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 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			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: 2430.16 kcal; B: 75.54 g; T: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; W: 370.26 g; W tym cukry: 104.74 g; Bł.: 33.39 g; Sól: 8.99 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: 2357.00 kcal; B: 79.51 g; T: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; W: 387.13 g; W tym cukry: 106.67 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 6.30 g;	E: 2040.22 kcal; B: 74.95 g; T: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; W: 309.34 g; W tym cukry: 50.85 g; Bł.: 42.61 g; Sól: 7.38 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	
2024-02-04 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>) Masło do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 ŚN		Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Królewicka-kiełbasa wieprzowa 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>)	
Obiad	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 () 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>)		
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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata 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: 2351.64 kcal; B: 104.15 g; T: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; W: 325.87 g; W tym cukry: 57.21 g; Bł.: 22.35 g; Sól: 8.71 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: 2142.39 kcal; B: 106.80 g; T: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; W: 324.34 g; W tym cukry: 55.60 g; Bł.: 15.05 g; Sól: 5.58 g;	E: 1984.98 kcal; B: 102.80 g; T: 54.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; W: 286.92 g; W tym cukry: 50.64 g; Bł.: 37.72 g; Sól: 7.49 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- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-22, poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g
	II SN							
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 200 g (MLE) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kopytka ziemniaczane z masłem () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 100 ml Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 250 g (GLU PSZ) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g
	PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 60 g (SOJ) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Jabłko pieczone 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
PN	Jabłko 1 szt 1 szt					Jabłko 1 szt 1 szt		
	E: 2164.48 kcal; B: 59.64 g; T: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; W: 383.41 g; W tym cukry: 79.62 g; Bł.: 36.00 g; Sól: 5.63 g;	E: 2508.02 kcal; B: 111.74 g; T: 79.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; W: 349.25 g; W tym cukry: 90.77 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 7.08 g;	E: 2220.03 kcal; B: 64.59 g; T: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; W: 359.88 g; W tym cukry: 76.61 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 8.25 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2231.15 kcal; B: 82.99 g; T: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 343.30 g; W tym cukry: 86.05 g; Bł.: 29.03 g; Sól: 6.75 g;	E: 2078.06 kcal; B: 57.78 g; T: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; W: 318.64 g; W tym cukry: 77.60 g; Bł.: 24.17 g; Sól: 4.32 g;	E: 2182.90 kcal; B: 79.63 g; T: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 11.42 g; W: 371.93 g; W tym cukry: 73.43 g; Bł.: 40.70 g; Sól: 9.17 g;	

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-23 wtorek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 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 130 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) 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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Makaron bg na mleku/p 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonec niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	II ŚN							
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka 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 140 g Sałatka 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>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 250 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos własny (bez glutenu) 100 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD							
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 100 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Rukola 20 g	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>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Rukola 20 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ,</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
		E: 2136.76 kcal; B: 60.57 g; T: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; W: 347.04 g; W tym cukry: 83.53 g; Bł.: 23.89 g; Sól: 5.29 g;	E: 2474.73 kcal; B: 126.83 g; T: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; W: 352.55 g; W tym cukry: 88.00 g; Bł.: 22.73 g; Sól: 6.89 g;	E: 2254.19 kcal; B: 87.88 g; T: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; W: 336.14 g; W tym cukry: 67.24 g; Bł.: 26.02 g; Sól: 7.07 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2284.32 kcal; B: 82.56 g; T: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 356.06 g; W tym cukry: 90.50 g; Bł.: 24.25 g; Sól: 4.22 g;	E: 2229.64 kcal; B: 79.08 g; T: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; W: 339.02 g; W tym cukry: 77.00 g; Bł.: 18.28 g; Sól: 3.29 g;	E: 2135.01 kcal; B: 81.52 g; T: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; W: 359.69 g; W tym cukry: 66.06 g; Bł.: 30.53 g; Sól: 8.89 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-24 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g 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 () 100 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) 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>) 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>) Chleb bezglutenowy 100 g 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 wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt 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
		II ŚN						
2024-01-24 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 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 200 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>) 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	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną 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 Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki () 250 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki () 250 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-01-24 środa	Kolejca	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 100 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	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 osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt	
		E: 2188.70 kcal; B: 49.52 g; T: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; W: 367.49 g; W tym cukry: 105.09 g; Bł.: 30.02 g; Sól: 5.91 g;	E: 2730.61 kcal; B: 111.92 g; T: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; W: 394.11 g; W tym cukry: 110.10 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 8.16 g;	E: 2179.21 kcal; B: 77.45 g; T: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 329.87 g; W tym cukry: 68.27 g; Bł.: 31.59 g; Sól: 7.93 g;	E: 683.19 kcal; B: 18.29 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Bł.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	E: 2337.20 kcal; B: 86.97 g; T: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 362.89 g; W tym cukry: 107.45 g; Bł.: 29.59 g; Sól: 5.19 g;	E: 2358.32 kcal; B: 70.23 g; T: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; W: 364.04 g; W tym cukry: 102.48 g; Bł.: 29.50 g; Sól: 4.74 g;	E: 2246.60 kcal; B: 72.00 g; T: 48.47 g; Kw. tł. nasy.: 9.89 g; W: 399.63 g; W tym cukry: 91.78 g; Bł.: 38.67 g; Sól: 8.40 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka 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 130 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka 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>) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
II ŚN							
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 200 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g 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 * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, 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
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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 100 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	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>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>JA.J.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	E: 1966.16 kcal; B: 64.96 g; T: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 293.54 g; W tym cukry: 48.24 g; Bł.: 22.83 g; Sól: 6.51 g;	E: 2290.42 kcal; B: 97.82 g; T: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; W: 329.46 g; W tym cukry: 64.96 g; Bł.: 24.87 g; Sól: 6.73 g;	E: 2144.83 kcal; B: 71.34 g; T: 67.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; W: 326.11 g; W tym cukry: 81.56 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 7.05 g;	E: 683.19 kcal; B: 18.29 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Bł.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	E: 2234.35 kcal; B: 86.61 g; T: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; W: 323.27 g; W tym cukry: 66.17 g; Bł.: 25.40 g; Sól: 4.31 g;	E: 2208.48 kcal; B: 66.65 g; T: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 323.11 g; W tym cukry: 59.05 g; Bł.: 18.04 g; Sól: 3.86 g;	E: 1996.97 kcal; B: 68.71 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 8.38 g; W: 338.98 g; W tym cukry: 48.66 g; Bł.: 30.84 g; Sól: 8.77 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-26 piątek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g 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 130 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) 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 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g 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 wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN							
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) 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) 140 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>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) 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	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 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 makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD							
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 130 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	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>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
PN	Wafle ryżowe 30 g					Wafle ryżowe 30 g		
	E: 2265.80 kcal; B: 75.48 g; T: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; W: 353.50 g; W tym cukry: 69.92 g; Bł.: 29.39 g; Sól: 4.59 g;	E: 2603.23 kcal; B: 135.32 g; T: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; W: 341.64 g; W tym cukry: 72.77 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 5.66 g;	E: 2225.15 kcal; B: 98.96 g; T: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 311.91 g; W tym cukry: 67.71 g; Bł.: 28.49 g; Sól: 6.42 g;	E: 683.19 kcal; B: 18.29 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Bł.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	E: 2335.20 kcal; B: 100.38 g; T: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 338.56 g; W tym cukry: 70.53 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 5.02 g;	E: 2319.49 kcal; B: 88.16 g; T: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; W: 326.96 g; W tym cukry: 69.22 g; Bł.: 25.36 g; Sól: 3.72 g;	E: 2163.12 kcal; B: 77.80 g; T: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 7.87 g; W: 370.36 g; W tym cukry: 67.32 g; Bł.: 34.02 g; Sól: 6.66 g;	

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g 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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
II ŚN							
Obiad	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 130 g Ziemniaki () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
PN	Jabłko 1 szt 1 szt					Jabłko 1 szt 1 szt	
	E: 2147.80 kcal; B: 60.64 g; T: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 368.83 g; W tym cukry: 68.12 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 5.72 g;	E: 2449.16 kcal; B: 104.15 g; T: 82.00 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; W: 337.50 g; W tym cukry: 83.07 g; Bł.: 28.30 g; Sól: 9.18 g;	E: 2096.92 kcal; B: 76.09 g; T: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; W: 310.38 g; W tym cukry: 67.33 g; Bł.: 29.49 g; Sól: 7.79 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2171.34 kcal; B: 70.28 g; T: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 367.47 g; W tym cukry: 81.72 g; Bł.: 27.70 g; Sól: 6.80 g;	E: 2067.94 kcal; B: 61.96 g; T: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 328.59 g; W tym cukry: 74.21 g; Bł.: 23.58 g; Sól: 6.09 g;	E: 1953.25 kcal; B: 68.63 g; T: 37.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.56 g; W: 351.05 g; W tym cukry: 63.48 g; Bł.: 34.36 g; Sól: 10.17 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Dżem 40 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtusty 100 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ) Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtusty 60 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtusty 60 g (MLE) Dżem 20 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II SN							
Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysiowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (SEL) Ziemniaki () 250 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki () 250 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 100 g (SOJ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw oslonce niejadalnej 60 g (SOJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
PN	Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)				Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	E: 2423.14 kcal; B: 70.03 g; T: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; W: 379.17 g; W tym cukry: 70.56 g; Bł.: 30.68 g; Sól: 6.74 g;	E: 2808.87 kcal; B: 125.57 g; T: 100.47 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; W: 362.43 g; W tym cukry: 78.40 g; Bł.: 28.10 g; Sól: 8.09 g;	E: 2126.31 kcal; B: 78.74 g; T: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; W: 319.59 g; W tym cukry: 65.84 g; Bł.: 29.88 g; Sól: 9.29 g;	E: 683.19 kcal; B: 18.29 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 118.25 g; W tym cukry: 27.32 g; Bł.: 0.90 g; Sól: 0.00 g;	E: 2459.01 kcal; B: 97.45 g; T: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; W: 375.49 g; W tym cukry: 79.97 g; Bł.: 28.24 g; Sól: 5.65 g;	E: 2428.16 kcal; B: 89.26 g; T: 87.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; W: 330.19 g; W tym cukry: 70.64 g; Bł.: 24.56 g; Sól: 4.67 g;	E: 2304.84 kcal; B: 93.09 g; T: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; W: 351.91 g; W tym cukry: 53.21 g; Bł.: 32.92 g; Sól: 9.90 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Słupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN							
2024-01-29 poniedziałek							
Obiad	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 jogurtowo-truskawkowy* 200 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 jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/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 (bez glutenu) () 350 ml (<u>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 (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sytko 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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>) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna 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>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
PN	Banan 1szt. 1 szt					Banan 1szt. 1 szt	
	E: 2267.13 kcal; B: 56.84 g; T: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; W: 410.28 g; W tym cukry: 92.50 g; Bł.: 23.84 g; Sól: 2.89 g;	E: 2342.04 kcal; B: 88.41 g; T: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; W: 391.89 g; W tym cukry: 109.16 g; Bł.: 23.31 g; Sól: 5.67 g;	E: 1978.52 kcal; B: 65.61 g; T: 46.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 334.48 g; W tym cukry: 63.34 g; Bł.: 22.62 g; Sól: 5.87 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2220.58 kcal; B: 73.53 g; T: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; W: 386.46 g; W tym cukry: 104.51 g; Bł.: 24.16 g; Sól: 5.54 g;	E: 2104.97 kcal; B: 56.70 g; T: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; W: 379.37 g; W tym cukry: 103.54 g; Bł.: 20.05 g; Sól: 3.67 g;	E: 2222.62 kcal; B: 75.67 g; T: 45.66 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; W: 386.90 g; W tym cukry: 76.78 g; Bł.: 25.95 g; Sól: 9.28 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-30 wtorek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 40 g Sałata zielona 20 g 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 () 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
		II SN						
2024-01-30 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 140 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 () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* (bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-01-30 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	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 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
		PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
		E: 2029.33 kcal; B: 52.95 g; T: 67.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; W: 315.90 g; W tym cukry: 70.54 g; Bł.: 25.68 g; Sól: 4.35 g;	E: 2561.38 kcal; B: 118.47 g; T: 78.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; W: 360.66 g; W tym cukry: 73.48 g; Bł.: 32.37 g; Sól: 6.69 g;	E: 2232.33 kcal; B: 87.07 g; T: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; W: 338.59 g; W tym cukry: 64.38 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 6.40 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2304.01 kcal; B: 94.28 g; T: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; W: 347.71 g; W tym cukry: 70.46 g; Bł.: 30.16 g; Sól: 6.93 g;	E: 2266.73 kcal; B: 77.17 g; T: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; W: 323.70 g; W tym cukry: 63.36 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 4.53 g;	E: 2141.72 kcal; B: 81.20 g; T: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; W: 364.76 g; W tym cukry: 53.09 g; Bł.: 36.76 g; Sól: 8.71 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-01-31 środa	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 130 g (MLE.) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
		II SN						
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety ziemniaczane- dieta () (pieczone) 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 140 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 100 ml (SEL.) Dyńia z wody z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD							
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)		Wafle ryżowe 30 g	
		E: 2114.95 kcal; B: 48.62 g; T: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; W: 360.36 g; W tym cukry: 51.28 g; Bł.: 21.33 g; Sól: 4.42 g;	E: 2242.74 kcal; B: 114.66 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; W: 319.18 g; W tym cukry: 67.55 g; Bł.: 20.23 g; Sól: 6.71 g;	E: 2176.64 kcal; B: 71.43 g; T: 53.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; W: 359.95 g; W tym cukry: 65.80 g; Bł.: 23.52 g; Sól: 6.87 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 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; Bł.: 20.23 g; Sól: 5.57 g;	E: 2010.84 kcal; B: 71.95 g; T: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; W: 297.29 g; W tym cukry: 61.54 g; Bł.: 17.57 g; Sól: 4.22 g;	E: 1998.39 kcal; B: 75.88 g; T: 33.30 g; Kw. tł. nasy.: 6.91 g; W: 357.21 g; W tym cukry: 48.67 g; Bł.: 27.82 g; Sól: 8.82 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt 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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) 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>) Miód (25g) 2 szt 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>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
II ŚN							
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	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 z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 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/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 100 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	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 100 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 70 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g 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 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt				
	E: 2057.83 kcal; B: 59.72 g; T: 52.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; W: 348.49 g; W tym cukry: 64.15 g; Bł.: 24.86 g; Sól: 4.97 g;	E: 2407.89 kcal; B: 94.24 g; T: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; W: 350.67 g; W tym cukry: 80.06 g; Bł.: 25.33 g; Sól: 8.78 g;	E: 2191.27 kcal; B: 78.68 g; T: 66.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 331.88 g; W tym cukry: 67.51 g; Bł.: 25.82 g; Sól: 8.17 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2321.18 kcal; B: 78.88 g; T: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; W: 388.28 g; W tym cukry: 80.30 g; Bł.: 27.22 g; Sól: 5.64 g;	E: 2144.24 kcal; B: 53.72 g; T: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; W: 357.37 g; W tym cukry: 73.30 g; Bł.: 24.27 g; Sól: 3.29 g;	E: 2082.46 kcal; B: 64.10 g; T: 36.61 g; Kw. tł. nasy.: 7.08 g; W: 389.37 g; W tym cukry: 62.79 g; Bł.: 32.67 g; Sól: 7.05 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ JAJ SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g 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>) Twaróg półtłusty 100 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ SOJ MLE</u>) 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g 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 wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ JAJ SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN						
2024-02-02 piątek	Obiad	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE SEL</u>) Ziemniaki () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 80 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>) Ziemniaki () 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 200 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>) 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	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną 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>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki () 250 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB</u>) Ziemniaki () 250 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-02-02 piątek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ MLE</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 130 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	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>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE GLU ŻYT GLU JECZ</u>) Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ SOJ MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Papryka świeża 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g 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 Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g
		PN	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)			Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)
		E: 2247.91 kcal; B: 75.84 g; T: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; W: 363.28 g; W tym cukry: 72.33 g; Bł.: 26.53 g; Sól: 4.77 g;	E: 2729.68 kcal; B: 145.77 g; T: 77.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; W: 373.95 g; W tym cukry: 76.32 g; Bł.: 24.94 g; Sól: 6.21 g;	E: 2244.19 kcal; B: 86.53 g; T: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; W: 350.68 g; W tym cukry: 88.89 g; Bł.: 27.23 g; Sól: 6.48 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2357.20 kcal; B: 102.85 g; T: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; W: 358.50 g; W tym cukry: 75.53 g; Bł.: 25.04 g; Sól: 5.13 g;	E: 2189.54 kcal; B: 83.80 g; T: 65.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 325.04 g; W tym cukry: 68.77 g; Bł.: 23.28 g; Sól: 3.02 g;	E: 2097.27 kcal; B: 73.48 g; T: 36.62 g; Kw. tł. nasy.: 7.68 g; W: 383.25 g; W tym cukry: 70.27 g; Bł.: 31.78 g; Sól: 6.61 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-03 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) 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 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>	<p>Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g</p>
	II SN							
	Obiad	<p>Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny dieta* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny dieta* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 130 g (SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 250 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 130 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
	PD							
	Kolejca	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () 100 g (SOJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp-dieta () (bez mleka) 100 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	PN	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt		
		E: 2389.61 kcal; B: 50.97 g; T: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; W: 421.79 g; W tym cukry: 97.37 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 4.89 g;	E: 2660.82 kcal; B: 91.64 g; T: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; W: 407.35 g; W tym cukry: 110.00 g; Bł.: 31.57 g; Sól: 7.72 g;	E: 2204.20 kcal; B: 72.10 g; T: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 337.60 g; W tym cukry: 66.08 g; Bł.: 28.71 g; Sól: 7.56 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2437.90 kcal; B: 59.86 g; T: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; W: 433.51 g; W tym cukry: 110.02 g; Bł.: 30.44 g; Sól: 5.17 g;	E: 2368.76 kcal; B: 60.17 g; T: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; W: 394.16 g; W tym cukry: 106.38 g; Bł.: 24.66 g; Sól: 4.20 g;	E: 2352.58 kcal; B: 67.62 g; T: 56.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; W: 405.20 g; W tym cukry: 90.57 g; Bł.: 35.19 g; Sól: 8.22 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 130 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN							
Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 250 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 140 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie* 200 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 50 g	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g
PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	
	E: 2219.39 kcal; B: 71.46 g; T: 62.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; W: 348.53 g; W tym cukry: 56.22 g; Bł.: 18.29 g; Sól: 5.22 g;	E: 2447.32 kcal; B: 133.42 g; T: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; W: 328.15 g; W tym cukry: 58.07 g; Bł.: 15.09 g; Sól: 6.81 g;	E: 1985.86 kcal; B: 70.41 g; T: 65.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; W: 282.64 g; W tym cukry: 54.96 g; Bł.: 15.65 g; Sól: 5.97 g;	E: 684.07 kcal; B: 18.46 g; T: 9.40 g; Kw. tł. nasy.: 0.08 g; W: 130.08 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 2.34 g; Sól: 0.88 g;	E: 2151.72 kcal; B: 84.98 g; T: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; W: 314.52 g; W tym cukry: 57.75 g; Bł.: 12.25 g; Sól: 4.11 g;	E: 2107.28 kcal; B: 85.30 g; T: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 307.24 g; W tym cukry: 48.64 g; Bł.: 13.48 g; Sól: 4.58 g;	E: 2013.47 kcal; B: 88.24 g; T: 36.08 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; W: 341.19 g; W tym cukry: 38.02 g; Bł.: 22.95 g; Sól: 9.66 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-22, poniedziałek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g
	II SN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>) 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 () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</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
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>)	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>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		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>)	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2486.94 kcal; B: 88.27 g; T: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; W: 391.48 g; W tym cukry: 110.68 g; Bł.: 29.99 g; Sól: 6.68 g;	E: 2234.26 kcal; B: 84.74 g; T: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 339.49 g; W tym cukry: 85.44 g; Bł.: 30.00 g; Sól: 5.62 g;	E: 665.15 kcal; B: 19.20 g; T: 9.99 g; Kw. tł. nasy.: 4.72 g; W: 129.38 g; W tym cukry: 46.23 g; Bł.: 11.14 g; Sól: 1.80 g;	E: 2219.40 kcal; B: 58.45 g; T: 45.09 g; Kw. tł. nasy.: 6.08 g; W: 420.92 g; W tym cukry: 93.00 g; Bł.: 54.71 g; Sól: 8.29 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-23 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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 Sałatka 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>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka 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 () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rukola 20 g
PN		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2507.54 kcal; B: 108.01 g; T: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; W: 383.56 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 23.60 g; Sól: 5.85 g;	E: 2395.33 kcal; B: 97.60 g; T: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.06 g; W: 354.77 g; W tym cukry: 83.74 g; Bł.: 35.89 g; Sól: 6.80 g;	E: 670.79 kcal; B: 20.82 g; T: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; W: 128.84 g; W tym cukry: 43.02 g; Bł.: 8.47 g; Sól: 1.30 g;	E: 2163.01 kcal; B: 66.07 g; T: 51.88 g; Kw. tł. nasy.: 7.11 g; W: 366.78 g; W tym cukry: 68.89 g; Bł.: 39.52 g; Sól: 7.52 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-24 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzbowiny, parzona 60 g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SO2) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (GLU PSZ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Banan 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Gryśikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2543.38 kcal; B: 89.93 g; T: 71.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; W: 401.37 g; W tym cukry: 127.60 g; Bł.: 29.84 g; Sól: 8.07 g;	E: 2360.99 kcal; B: 69.86 g; T: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; W: 394.75 g; W tym cukry: 103.37 g; Bł.: 30.72 g; Sól: 7.84 g;	E: 557.67 kcal; B: 17.55 g; T: 9.38 g; Kw. tł. nasy.: 4.50 g; W: 103.50 g; W tym cukry: 42.49 g; Bł.: 6.15 g; Sól: 1.26 g;	E: 2369.90 kcal; B: 55.65 g; T: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 6.77 g; W: 429.35 g; W tym cukry: 88.59 g; Bł.: 42.35 g; Sól: 7.64 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-01-25 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka 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 Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokula * 80 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
	II ŚN		Bułka 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>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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 warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2454.43 kcal; B: 95.15 g; T: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; W: 356.78 g; W tym cukry: 70.85 g; Bł.: 25.71 g; Sól: 6.15 g;	E: 2190.80 kcal; B: 67.30 g; T: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; W: 321.71 g; W tym cukry: 63.50 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 6.57 g;	E: 669.37 kcal; B: 19.63 g; T: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; W: 128.08 g; W tym cukry: 42.64 g; Bł.: 9.41 g; Sól: 1.29 g;	E: 2052.55 kcal; B: 46.76 g; T: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 7.37 g; W: 344.19 g; W tym cukry: 49.02 g; Bł.: 31.52 g; Sól: 7.47 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-26 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Dżem 40 g Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,</u>) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemiaki () 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>) Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemiaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemiaki () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ,</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
	PD		Wafle ryżowe 30 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 JĘCZ,</u>) Pomidor 50 g	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 JĘCZ,</u>) Pomidor 50 g	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	PN		Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2588.75 kcal; B: 117.29 g; T: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; W: 361.95 g; W tym cukry: 75.76 g; Bł.: 27.02 g; Sól: 5.53 g;	E: 2263.70 kcal; B: 62.60 g; T: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; W: 359.72 g; W tym cukry: 83.24 g; Bł.: 29.44 g; Sól: 5.76 g;	E: 546.48 kcal; B: 16.74 g; T: 8.38 g; Kw. tł. nasy.: 3.74 g; W: 104.15 g; W tym cukry: 39.86 g; Bł.: 6.21 g; Sól: 1.23 g;	E: 2453.69 kcal; B: 67.20 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 6.73 g; W: 431.09 g; W tym cukry: 70.34 g; Bł.: 51.17 g; Sól: 6.54 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-27 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (MLE.)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 JĘCZ.) Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Hummus 60 g (SEZ.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	PN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2402.52 kcal; B: 89.37 g; T: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; W: 374.05 g; W tym cukry: 101.73 g; Bł.: 29.71 g; Sól: 7.45 g;	E: 2196.35 kcal; B: 51.67 g; T: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 372.06 g; W tym cukry: 78.11 g; Bł.: 31.72 g; Sól: 8.00 g;	E: 574.68 kcal; B: 16.82 g; T: 9.90 g; Kw. tł. nasy.: 4.64 g; W: 108.49 g; W tym cukry: 42.16 g; Bł.: 7.74 g; Sól: 1.69 g;	E: 1970.10 kcal; B: 50.35 g; T: 36.32 g; Kw. tł. nasy.: 5.39 g; W: 379.49 g; W tym cukry: 65.95 g; Bł.: 41.48 g; Sól: 7.73 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-01-28 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Jabłko 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN		Ciasto drożdżowe 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2875.92 kcal; B: 118.97 g; T: 95.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; W: 396.10 g; W tym cukry: 98.75 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 7.26 g;	E: 2377.85 kcal; B: 80.71 g; T: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; W: 352.13 g; W tym cukry: 65.90 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 6.97 g;	E: 536.07 kcal; B: 15.18 g; T: 6.91 g; Kw. tł. nasy.: 3.55 g; W: 105.79 g; W tym cukry: 39.18 g; Bł.: 5.79 g; Sól: 1.19 g;	E: 2084.01 kcal; B: 51.61 g; T: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 6.73 g; W: 355.51 g; W tym cukry: 51.56 g; Bł.: 34.58 g; Sól: 6.65 g;	

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-29 poniedziałek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Stupki z warzyw () 70 g	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Stupki z warzyw () 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		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>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna 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>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN		Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2422.49 kcal; B: 80.24 g; T: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; W: 418.45 g; W tym cukry: 104.53 g; Bł.: 25.08 g; Sól: 5.34 g;	E: 2304.57 kcal; B: 68.21 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; W: 382.34 g; W tym cukry: 102.71 g; Bł.: 27.16 g; Sól: 6.69 g;	E: 627.03 kcal; B: 18.52 g; T: 9.80 g; Kw. tł. nasy.: 3.99 g; W: 121.00 g; W tym cukry: 42.99 g; Bł.: 9.22 g; Sól: 1.24 g;	E: 2476.58 kcal; B: 63.14 g; T: 48.16 g; Kw. tł. nasy.: 6.63 g; W: 464.30 g; W tym cukry: 96.55 g; Bł.: 44.15 g; Sól: 7.30 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-01-30 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 () 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	II SN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 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 () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	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>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) 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 50 g Rukola 20 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 60 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Rukola 20 g
PN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2535.70 kcal; B: 102.32 g; T: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; W: 381.37 g; W tym cukry: 77.87 g; Bł.: 31.40 g; Sól: 6.92 g;	E: 2059.19 kcal; B: 71.15 g; T: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; W: 310.26 g; W tym cukry: 67.75 g; Bł.: 25.89 g; Sól: 5.75 g;	E: 640.09 kcal; B: 19.46 g; T: 9.48 g; Kw. tł. nasy.: 4.52 g; W: 123.44 g; W tym cukry: 42.96 g; Bł.: 8.08 g; Sól: 1.29 g;	E: 2112.10 kcal; B: 49.53 g; T: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 8.12 g; W: 339.11 g; W tym cukry: 62.49 g; Bł.: 35.89 g; Sól: 8.98 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-01-31 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 350 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Grycikowa () 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>) Dynamia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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 wiewiórzyny, parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE</u>)		Wafle ryżowe 30 g	
	E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2270.10 kcal; B: 93.38 g; T: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; W: 354.02 g; W tym cukry: 93.29 g; Bł.: 20.47 g; Sól: 5.66 g;	E: 2315.76 kcal; B: 67.56 g; T: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; W: 353.46 g; W tym cukry: 63.51 g; Bł.: 24.87 g; Sól: 7.39 g;	E: 542.24 kcal; B: 14.67 g; T: 6.85 g; Kw. tł. nasy.: 3.55 g; W: 108.42 g; W tym cukry: 39.21 g; Bł.: 5.82 g; Sól: 1.19 g;	E: 2210.95 kcal; B: 55.26 g; T: 45.59 g; Kw. tł. nasy.: 5.96 g; W: 409.28 g; W tym cukry: 48.12 g; Bł.: 36.12 g; Sól: 7.20 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-01 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła * 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
		II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 20 g (MLE)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 350 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami* b/mleka 300 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Grycikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (SEL.) Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt	
	E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2504.51 kcal; B: 93.42 g; T: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; W: 381.35 g; W tym cukry: 80.83 g; Bł.: 27.39 g; Sól: 7.20 g;	E: 2171.37 kcal; B: 73.48 g; T: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 359.14 g; W tym cukry: 81.02 g; Bł.: 35.43 g; Sól: 5.79 g;	E: 676.08 kcal; B: 19.58 g; T: 9.32 g; Kw. tł. nasy.: 4.48 g; W: 132.76 g; W tym cukry: 47.24 g; Bł.: 9.08 g; Sól: 1.58 g;	E: 1925.21 kcal; B: 52.40 g; T: 35.20 g; Kw. tł. nasy.: 5.00 g; W: 363.47 g; W tym cukry: 64.29 g; Bł.: 40.71 g; Sól: 6.53 g;	

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-02-02 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Dżem 40 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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>) Ziemniaki () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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	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	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	PN		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			Chrupki kukurydziane 20 g
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2527.89 kcal; B: 106.33 g; T: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; W: 390.70 g; W tym cukry: 101.13 g; Bł.: 24.50 g; Sól: 5.28 g;	E: 2184.15 kcal; B: 77.05 g; T: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; W: 355.67 g; W tym cukry: 82.06 g; Bł.: 33.37 g; Sól: 6.11 g;	E: 614.72 kcal; B: 18.69 g; T: 9.85 g; Kw. tł. nasy.: 4.63 g; W: 115.91 g; W tym cukry: 41.98 g; Bł.: 6.00 g; Sól: 1.27 g;	E: 2126.29 kcal; B: 63.60 g; T: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 6.36 g; W: 368.81 g; W tym cukry: 68.33 g; Bł.: 40.43 g; Sól: 7.38 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-02-03 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g Rukola 20 g	Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN		Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 150 ml (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ziemiaczana () 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	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemiaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 130 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Chrupki kukurydziane 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z brokuła* 80 g Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2640.10 kcal; B: 86.78 g; T: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 430.15 g; W tym cukry: 125.93 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 6.46 g;	E: 2429.90 kcal; B: 64.74 g; T: 60.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; W: 416.10 g; W tym cukry: 106.71 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 5.99 g;	E: 638.92 kcal; B: 17.24 g; T: 8.39 g; Kw. tł. nasy.: 3.81 g; W: 128.96 g; W tym cukry: 41.66 g; Bł.: 10.26 g; Sól: 1.67 g;	E: 2252.00 kcal; B: 57.01 g; T: 46.40 g; Kw. tł. nasy.: 6.69 g; W: 415.41 g; W tym cukry: 95.50 g; Bł.: 39.99 g; Sól: 7.25 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-02-04 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		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>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemiaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z warzywami 300 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż z warzywami 300 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Ogórek kiszony 50 g
	PN		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Wafle ryżowe 30 g
		E: 643.37 kcal; B: 13.39 g; T: 1.56 g; Kw. tł. nasy.: 0.34 g; W: 148.50 g; W tym cukry: 6.90 g; Bł.: 8.72 g; Sól: 0.58 g;	E: 2477.40 kcal; B: 113.20 g; T: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.86 g; W: 361.27 g; W tym cukry: 71.39 g; Bł.: 18.63 g; Sól: 6.30 g;	E: 2200.91 kcal; B: 76.42 g; T: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; W: 337.47 g; W tym cukry: 62.69 g; Bł.: 22.36 g; Sól: 6.76 g;	E: 588.51 kcal; B: 18.04 g; T: 8.50 g; Kw. tł. nasy.: 3.76 g; W: 113.23 g; W tym cukry: 42.69 g; Bł.: 6.46 g; Sól: 1.23 g;	E: 2074.59 kcal; B: 52.29 g; T: 49.51 g; Kw. tł. nasy.: 6.59 g; W: 359.79 g; W tym cukry: 48.43 g; Bł.: 31.40 g; Sól: 6.99 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 JEĆZ - 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,