

	LUBA- Podstawowa	LUBA- Dieta małego dziecka	LUBA- Łatwostrawna	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	LUBA- Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	LUBA- Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-05 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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	Platki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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 b/skórki 50 g	Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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 b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z 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 ŚN		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jabłko 1 szt 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 160 g Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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 JEJCZ.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)		
		E: 2494.47 kcal; B: 77.95 g; T: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; W: 355.79 g; W tym cukry: 95.86 g; Bł.: 35.64 g; Sól: 8.87 g;	E: 1665.26 kcal; B: 65.95 g; T: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 245.74 g; W tym cukry: 69.42 g; Bł.: 26.52 g; Sól: 4.85 g;	E: 2403.58 kcal; B: 86.21 g; T: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.23 g; W: 368.42 g; W tym cukry: 102.97 g; Bł.: 34.69 g; Sól: 6.61 g;	E: 2229.47 kcal; B: 86.87 g; T: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; W: 343.28 g; W tym cukry: 86.95 g; Bł.: 35.48 g; Sól: 7.43 g;	E: 2135.99 kcal; B: 86.17 g; T: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 342.37 g; W tym cukry: 86.41 g; Bł.: 35.48 g; Sól: 7.47 g;	E: 2214.88 kcal; B: 83.89 g; T: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; W: 301.62 g; W tym cukry: 56.30 g; Bł.: 46.49 g; Sól: 9.46 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-06 wtorek	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.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewrzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w oslonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w oslonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata 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.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w oslonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w oslonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawalków mięsa, w oslonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)			jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wiewrzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.)	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wiewrzowa gotowana 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 160 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wiewrzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wiewrzowa gotowana 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wiewrzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () b/c 100 g (SEL.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
		PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
	Kolaćca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewrzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		PN	Wafle ryżowe 30 g		Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		
	E: 2298.54 kcal; B: 98.49 g; T: 63.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; W: 343.77 g; W tym cukry: 62.68 g; Bł.: 27.68 g; Sól: 8.43 g;	E: 1812.35 kcal; B: 87.52 g; T: 44.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; W: 268.03 g; W tym cukry: 36.92 g; Bł.: 15.94 g; Sól: 4.93 g;	E: 2300.01 kcal; B: 102.87 g; T: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 349.14 g; W tym cukry: 64.74 g; Bł.: 20.11 g; Sól: 6.34 g;	E: 2258.40 kcal; B: 102.16 g; T: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; W: 340.89 g; W tym cukry: 64.19 g; Bł.: 20.59 g; Sól: 6.33 g;	E: 2164.92 kcal; B: 101.46 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; W: 339.97 g; W tym cukry: 63.65 g; Bł.: 20.59 g; Sól: 6.37 g;	E: 1935.72 kcal; B: 97.48 g; T: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 278.09 g; W tym cukry: 36.68 g; Bł.: 42.33 g; Sól: 8.69 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-07 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 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	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Salatka szwedzka () 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g			Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		PD	Chrupki kukurydziane 20 g				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.) Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	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.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g	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.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	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.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		PN	Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)	
		E: 2533.56 kcal; B: 86.83 g; T: 89.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; W: 358.18 g; W tym cukry: 84.88 g; Bł.: 34.84 g; Sól: 7.71 g;	E: 1793.79 kcal; B: 73.39 g; T: 47.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; W: 278.03 g; W tym cukry: 100.16 g; Bł.: 22.05 g; Sól: 4.08 g;	E: 2455.62 kcal; B: 90.55 g; T: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; W: 379.92 g; W tym cukry: 121.17 g; Bł.: 27.73 g; Sól: 5.82 g;	E: 2455.22 kcal; B: 90.53 g; T: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; W: 379.83 g; W tym cukry: 121.11 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 5.81 g;	E: 2376.62 kcal; B: 90.40 g; T: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; W: 379.71 g; W tym cukry: 121.00 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 5.87 g;	E: 2140.85 kcal; B: 87.15 g; T: 57.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; W: 335.97 g; W tym cukry: 70.89 g; Bł.: 45.56 g; Sól: 7.45 g;	E: 1987.50 kcal; B: 98.91 g; T: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, 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.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (MLE.)				jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g (SEL.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 160 g	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g			Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 100 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
	PD	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)			Sok pomidorowy 200 ml 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	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.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)		Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		Jabłko pieczone 150 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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: 2488.26 kcal; B: 84.64 g; T: 85.07 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; W: 361.37 g; W tym cukry: 86.53 g; Bł.: 33.24 g; Sól: 7.20 g;	E: 1834.88 kcal; B: 71.58 g; T: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; W: 259.55 g; W tym cukry: 60.04 g; Bł.: 17.68 g; Sól: 4.15 g;	E: 2468.09 kcal; B: 89.94 g; T: 79.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; W: 359.23 g; W tym cukry: 85.49 g; Bł.: 22.34 g; Sól: 5.67 g;	E: 2460.68 kcal; B: 90.32 g; T: 79.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; W: 357.29 g; W tym cukry: 81.58 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 5.66 g;	E: 2389.08 kcal; B: 89.79 g; T: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; W: 359.02 g; W tym cukry: 85.32 g; Bł.: 22.32 g; Sól: 5.72 g;	E: 2231.57 kcal; B: 86.75 g; T: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; W: 309.91 g; W tym cukry: 45.82 g; Bł.: 51.28 g; Sól: 8.47 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-09 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, 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.) Twarożek 40 g (MLE.) Dżem 20 g Mandarynka 75 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 10 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.) Dżem 20 g Jabłko 150 g Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g 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.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Twarożek 40 g (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.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	II ŚN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 160 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PD		jogurt naturalny 100g 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 50 g 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.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g 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.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	
	E: 2380.85 kcal; B: 94.37 g; T: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; W: 343.63 g; W tym cukry: 84.29 g; Bł.: 33.51 g; Sól: 6.77 g;	E: 1676.40 kcal; B: 84.78 g; T: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; W: 218.55 g; W tym cukry: 55.33 g; Bł.: 21.75 g; Sól: 4.38 g;	E: 2348.95 kcal; B: 100.41 g; T: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; W: 345.11 g; W tym cukry: 95.52 g; Bł.: 31.90 g; Sól: 5.96 g;	E: 2320.48 kcal; B: 102.69 g; T: 64.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 346.34 g; W tym cukry: 97.32 g; Bł.: 31.89 g; Sól: 5.65 g;	E: 2177.01 kcal; B: 101.60 g; T: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.92 g; W: 333.33 g; W tym cukry: 87.08 g; Bł.: 29.89 g; Sól: 5.69 g;	E: 2135.12 kcal; B: 107.21 g; T: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 280.01 g; W tym cukry: 46.58 g; Bł.: 42.21 g; Sól: 7.24 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/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,) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	II ŚN					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE,)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 130 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEJCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Twarożek 20 g (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,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połędwica 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 JEJCZ,) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 12,5 g (MLE,) Połędwica 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 JEJCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica 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 JEJCZ.) Rukola 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ,) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,) Rukola 20 g	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 Por (MLE,)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,)		
	E: 2261.86 kcal; B: 85.83 g; T: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; W: 333.63 g; W tym cukry: 63.17 g; Bł.: 30.76 g; Sól: 9.38 g;	E: 1662.53 kcal; B: 74.56 g; T: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; W: 228.96 g; W tym cukry: 51.33 g; Bł.: 17.55 g; Sól: 5.08 g;	E: 2251.28 kcal; B: 88.38 g; T: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; W: 332.61 g; W tym cukry: 72.57 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.68 g;	E: 2250.47 kcal; B: 88.35 g; T: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; W: 332.42 g; W tym cukry: 72.44 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.66 g;	E: 2171.87 kcal; B: 88.22 g; T: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; W: 332.30 g; W tym cukry: 72.33 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 6.72 g;	E: 2128.87 kcal; B: 91.05 g; T: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; W: 313.40 g; W tym cukry: 44.86 g; Bł.: 43.00 g; Sól: 9.45 g;	E: 1987.50 kcal; B: 98.91 g; T: 71.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 258.96 g; W tym cukry: 30.48 g; 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	Platki 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>) Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Platki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z twarogu i słońca z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Papryka świeża 50 g	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>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Grysiwka () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PD		Jogurt truskawkowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)				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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) 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			Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>)	
		E: 2414.40 kcal; B: 109.86 g; T: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; W: 342.53 g; W tym cukry: 103.57 g; Bł.: 29.87 g; Sól: 7.45 g;	E: 1882.63 kcal; B: 97.58 g; T: 58.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; W: 252.39 g; W tym cukry: 84.18 g; Bł.: 20.85 g; Sól: 4.87 g;	E: 2458.09 kcal; B: 116.02 g; T: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; W: 353.79 g; W tym cukry: 111.35 g; Bł.: 26.89 g; Sól: 6.34 g;	E: 2457.52 kcal; B: 116.00 g; T: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; W: 353.66 g; W tym cukry: 111.26 g; Bł.: 26.86 g; Sól: 6.33 g;	E: 2450.13 kcal; B: 108.19 g; T: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 367.34 g; W tym cukry: 119.23 g; Bł.: 32.72 g; Sól: 6.77 g;	E: 2073.02 kcal; B: 108.77 g; T: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 272.30 g; W tym cukry: 51.17 g; Bł.: 38.81 g; Sól: 7.50 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata		
2024-02-12, poniedziałek	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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	
		II ŚN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		
		Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wiewprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza kuskus/sypko 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet wiewprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cukinia pieczona 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>) Pulpet wiewprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszonej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pulpet wiewprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
			PD	Chrupki kukurydziane 20 g				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 70 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)		
	PN	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>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wiewprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)		
	E: 2363.65 kcal; B: 91.85 g; T: 82.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.73 g; W: 322.77 g; W tym cukry: 69.36 g; Bł.: 27.80 g; Sól: 11.15 g;	E: 1623.79 kcal; B: 70.61 g; T: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 212.32 g; W tym cukry: 37.08 g; Bł.: 15.96 g; Sól: 6.28 g;	E: 2383.61 kcal; B: 94.80 g; T: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; W: 328.40 g; W tym cukry: 68.01 g; Bł.: 20.74 g; Sól: 8.21 g;	E: 2382.63 kcal; B: 94.76 g; T: 79.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; W: 328.18 g; W tym cukry: 67.85 g; Bł.: 20.69 g; Sól: 8.20 g;	E: 2301.83 kcal; B: 94.59 g; T: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; W: 328.01 g; W tym cukry: 67.70 g; Bł.: 20.69 g; Sól: 8.24 g;	E: 2147.99 kcal; B: 88.71 g; T: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; W: 301.51 g; W tym cukry: 46.41 g; Bł.: 42.04 g; Sól: 9.64 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata
Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 100 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 160 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 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 zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Salatka 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)				jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
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>) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)
	E: 2227.96 kcal; B: 85.44 g; T: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; W: 314.34 g; W tym cukry: 60.10 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 8.63 g;	E: 1708.27 kcal; B: 75.62 g; T: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 223.71 g; W tym cukry: 38.67 g; Bł.: 20.57 g; Sól: 5.06 g;	E: 2322.61 kcal; B: 90.55 g; T: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; W: 331.00 g; W tym cukry: 67.59 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 6.84 g;	E: 2305.74 kcal; B: 90.74 g; T: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; W: 334.61 g; W tym cukry: 67.53 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 8.19 g;	E: 2210.07 kcal; B: 90.00 g; T: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.01 g; W: 333.64 g; W tym cukry: 66.95 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 8.22 g;	E: 1984.93 kcal; B: 87.44 g; T: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; W: 261.15 g; W tym cukry: 33.80 g; Bł.: 38.24 g; Sól: 8.38 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) 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 topiony 30 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	II ŚN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 200 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż (brązowy) na mleku obiad b/c 350 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)			Jabłko 1 szt 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 70 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 50 g Rukola 20 g 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 50 g Rukola 20 g 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 Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Papka Ob () 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)
	PN	Mandarynka 1 szt		Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 20 g (MLE.)	
	E: 2426.57 kcal; B: 76.10 g; T: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; W: 403.58 g; W tym cukry: 93.84 g; Bł.: 34.19 g; Sól: 6.77 g;	E: 1752.48 kcal; B: 61.01 g; T: 35.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; W: 306.91 g; W tym cukry: 75.33 g; Bł.: 21.62 g; Sól: 2.49 g;	E: 2594.30 kcal; B: 83.63 g; T: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 451.82 g; W tym cukry: 125.49 g; Bł.: 30.81 g; Sól: 4.15 g;	E: 2603.90 kcal; B: 82.81 g; T: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; W: 459.81 g; W tym cukry: 121.60 g; Bł.: 28.70 g; Sól: 3.79 g;	E: 2499.44 kcal; B: 81.80 g; T: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; W: 457.00 g; W tym cukry: 121.02 g; Bł.: 28.72 g; Sól: 3.60 g;	E: 2232.54 kcal; B: 82.72 g; T: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; W: 364.65 g; W tym cukry: 62.47 g; Bł.: 55.12 g; Sól: 6.38 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-15 czwartek	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>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z warzyw () 50 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor b/skórki 50 g	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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z warzyw () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z warzyw () 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 naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Mandarynka 1 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 160 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (pełnoziarnisty) z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) 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	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</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>) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Jabłko 150 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>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 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	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
		E: 2274.71 kcal; B: 80.63 g; T: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; W: 339.42 g; W tym cukry: 73.54 g; Bł.: 26.50 g; Sól: 8.50 g;	E: 1698.43 kcal; B: 78.12 g; T: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; W: 232.74 g; W tym cukry: 38.25 g; Bł.: 12.75 g; Sól: 4.34 g;	E: 2265.44 kcal; B: 91.87 g; T: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 340.08 g; W tym cukry: 75.79 g; Bł.: 18.51 g; Sól: 5.02 g;	E: 2265.03 kcal; B: 91.85 g; T: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 339.98 g; W tym cukry: 75.73 g; Bł.: 18.49 g; Sól: 5.01 g;	E: 2184.23 kcal; B: 91.68 g; T: 53.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; W: 339.81 g; W tym cukry: 75.58 g; Bł.: 18.49 g; Sól: 5.05 g;	E: 2112.22 kcal; B: 87.42 g; T: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; W: 304.86 g; W tym cukry: 59.13 g; Bł.: 44.05 g; Sól: 6.58 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-16 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>) Powidła śliwkowe 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 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>) Dżem 20 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 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>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 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 20 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 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% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		II ŚN	Chrupki kukurydziane 20 g				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
2024-02-16 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</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	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki () 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>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 truskawkowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)			jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
2024-02-16 piątek	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 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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>) Pomidor b/skórki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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>) Pomidor b/skórki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>)	
	E: 2383.77 kcal; B: 94.92 g; T: 75.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; W: 344.51 g; W tym cukry: 72.54 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 6.51 g;	E: 1594.05 kcal; B: 80.62 g; T: 44.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; W: 226.90 g; W tym cukry: 46.61 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 3.29 g;	E: 2258.30 kcal; B: 101.57 g; T: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; W: 335.70 g; W tym cukry: 76.18 g; Bł.: 24.12 g; Sól: 4.92 g;	E: 2211.10 kcal; B: 101.66 g; T: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; W: 335.94 g; W tym cukry: 77.10 g; Bł.: 24.05 g; Sól: 4.49 g;	E: 2115.42 kcal; B: 100.93 g; T: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.03 g; W: 334.97 g; W tym cukry: 76.53 g; Bł.: 24.05 g; Sól: 4.51 g;	E: 2015.89 kcal; B: 96.47 g; T: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; W: 284.16 g; W tym cukry: 50.50 g; Bł.: 39.33 g; Sól: 6.66 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-17 sobota	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>) Kielbasa Śląska wieprzowa średnio rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce jadalnej 100 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Ogórek kiszony 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</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 Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	II ŚN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g 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		Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
	PD		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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z makiem/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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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 Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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 Salatka z makaronu (pełnoziarnistego) z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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	Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</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>) Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</u>)	
	E: 2379.76 kcal; B: 64.62 g; T: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; W: 355.76 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 34.14 g; Sól: 10.02 g;	E: 1654.01 kcal; B: 60.03 g; T: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 249.23 g; W tym cukry: 52.53 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 4.50 g;	E: 2325.77 kcal; B: 77.59 g; T: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; W: 365.98 g; W tym cukry: 83.68 g; Bł.: 26.88 g; Sól: 5.85 g;	E: 2325.20 kcal; B: 77.57 g; T: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; W: 365.85 g; W tym cukry: 83.59 g; Bł.: 26.85 g; Sól: 5.84 g;	E: 2244.40 kcal; B: 77.39 g; T: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; W: 365.68 g; W tym cukry: 83.44 g; Bł.: 26.85 g; Sól: 5.88 g;	E: 2081.10 kcal; B: 75.29 g; T: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; W: 324.84 g; W tym cukry: 54.05 g; Bł.: 51.41 g; Sól: 8.22 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 łatwo przyswajalnych węglowodanów	LUBA- Papkowata	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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 a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 40 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Rukola 10 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Rukola 20 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 Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				Budyń o smaku śmietankowym/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 100 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 160 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 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>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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 Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	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>) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>) Sałata zielona 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>) Rzodkiew biała 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Papka Ob () 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)
		PN	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 20 g (<u>SOJ.</u>)
		E: 2558.05 kcal; B: 95.62 g; T: 84.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; W: 366.14 g; W tym cukry: 68.39 g; Bł.: 30.68 g; Sól: 7.64 g;	E: 1928.34 kcal; B: 94.15 g; T: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; W: 269.37 g; W tym cukry: 55.02 g; Bł.: 21.21 g; Sól: 5.62 g;	E: 2423.29 kcal; B: 111.14 g; T: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; W: 351.91 g; W tym cukry: 66.35 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 6.15 g;	E: 2483.21 kcal; B: 109.05 g; T: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; W: 360.95 g; W tym cukry: 75.73 g; Bł.: 27.98 g; Sól: 6.42 g;	E: 2387.53 kcal; B: 108.32 g; T: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; W: 359.98 g; W tym cukry: 75.15 g; Bł.: 27.98 g; Sól: 6.45 g;	E: 1950.84 kcal; B: 101.83 g; T: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; W: 288.14 g; W tym cukry: 50.35 g; Bł.: 39.12 g; Sól: 7.29 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
Śniadanie	Platki jęczmień na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 () 130 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Salata 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 jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) 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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki kukurydziane 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>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Platki jęczmień na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt 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
II ŚN							
Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Marchew gotowana 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 ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ.</u>) Ziemniaki () 250 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 250 g Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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>)	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>) 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt		
	E: 2260.60 kcal; B: 61.06 g; T: 61.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; W: 384.06 g; W tym cukry: 68.43 g; Bł.: 38.32 g; Sól: 8.64 g;	E: 2553.57 kcal; B: 119.33 g; T: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; W: 358.24 g; W tym cukry: 88.59 g; Bł.: 37.24 g; Sól: 9.21 g;	E: 2262.45 kcal; B: 80.08 g; T: 69.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; W: 344.07 g; W tym cukry: 82.37 g; Bł.: 34.94 g; Sól: 7.92 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: 2387.42 kcal; B: 87.49 g; T: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; W: 366.70 g; W tym cukry: 103.37 g; Bł.: 32.40 g; Sól: 6.38 g;	E: 2211.27 kcal; B: 72.91 g; T: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; W: 331.90 g; W tym cukry: 85.94 g; Bł.: 32.08 g; Sól: 5.50 g;	E: 2082.86 kcal; B: 73.39 g; T: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 7.40 g; W: 364.17 g; W tym cukry: 73.17 g; Bł.: 41.85 g; Sól: 9.18 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Dżem 40 g Sałata zielona 20 g 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.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) 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.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) 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	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	kasza kukurydziana na ml/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.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g
II ŚN							
Obiad	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa pieczona 140 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) 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	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 100 ml (MLE.) Dyńia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 250 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ.)
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 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.) Połędwica 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	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.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
PN	Wafle ryżowe 30 g				Wafle ryżowe 30 g	Chrupki kukurydziane 20 g	
	E: 2127.35 kcal; B: 52.78 g; T: 50.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; W: 374.26 g; W tym cukry: 65.28 g; Bł.: 28.46 g; Sól: 6.51 g;	E: 2446.33 kcal; B: 125.45 g; T: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; W: 352.58 g; W tym cukry: 64.74 g; Bł.: 20.11 g; Sól: 8.34 g;	E: 2222.06 kcal; B: 88.26 g; T: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 331.68 g; W tym cukry: 62.07 g; Bł.: 22.40 g; Sól: 7.76 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: 2425.08 kcal; B: 98.76 g; T: 56.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; W: 384.68 g; W tym cukry: 66.14 g; Bł.: 19.71 g; Sól: 4.43 g;	E: 2066.38 kcal; B: 74.60 g; T: 62.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; W: 303.60 g; W tym cukry: 55.70 g; Bł.: 17.02 g; Sól: 5.77 g;	E: 2147.84 kcal; B: 88.54 g; T: 44.19 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; W: 356.84 g; W tym cukry: 45.43 g; Bł.: 26.15 g; Sól: 8.92 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 130 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) 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 150 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	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN							
Obiad	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - dieta (pieczone) 100 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka 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	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	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 Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 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.) Dżem 40 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN	Banan 1szt. 1 szt			Banan 1szt. 1 szt			
	E: 2434.26 kcal; B: 60.71 g; T: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; W: 397.15 g; W tym cukry: 107.64 g; Bł.: 35.15 g; Sól: 7.15 g;	E: 2786.27 kcal; B: 124.15 g; T: 86.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; W: 391.55 g; W tym cukry: 123.25 g; Bł.: 28.03 g; Sól: 7.27 g;	E: 2346.16 kcal; B: 73.34 g; T: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; W: 372.09 g; W tym cukry: 82.89 g; Bł.: 27.30 g; Sól: 7.03 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: 2387.08 kcal; B: 83.67 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; W: 394.27 g; W tym cukry: 135.59 g; Bł.: 28.05 g; Sól: 4.54 g;	E: 2299.35 kcal; B: 75.43 g; T: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; W: 365.42 g; W tym cukry: 112.25 g; Bł.: 24.01 g; Sól: 4.02 g;	E: 2189.86 kcal; B: 65.11 g; T: 38.29 g; Kw. tł. nasy.: 7.47 g; W: 412.95 g; W tym cukry: 116.08 g; Bł.: 34.62 g; Sól: 7.58 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 130 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata 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	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Makaron bezglutenowy na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
		II ŚN						
2024-02-08 czwartek	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g
		PD						
2024-02-08 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) 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.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
		E: 2324.62 kcal; B: 54.99 g; T: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; W: 376.03 g; W tym cukry: 65.34 g; Bł.: 25.74 g; Sól: 6.99 g;	E: 2686.04 kcal; B: 106.11 g; T: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.08 g; W: 372.42 g; W tym cukry: 87.76 g; Bł.: 23.14 g; Sól: 6.80 g;	E: 2346.09 kcal; B: 84.14 g; T: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; W: 336.43 g; W tym cukry: 64.69 g; Bł.: 25.34 g; Sól: 6.96 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: 2280.27 kcal; B: 73.60 g; T: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; W: 361.68 g; W tym cukry: 86.75 g; Bł.: 23.65 g; Sól: 4.67 g;	E: 2272.97 kcal; B: 69.48 g; T: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; W: 335.00 g; W tym cukry: 82.39 g; Bł.: 18.91 g; Sól: 3.74 g;	E: 2226.43 kcal; B: 68.12 g; T: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; W: 360.62 g; W tym cukry: 64.74 g; Bł.: 28.08 g; Sól: 8.68 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-09 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Platki 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>) Dżem 20 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 20 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
		II ŚN						
2024-02-09 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>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	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 250 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-02-09 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 130 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	
		E: 2274.49 kcal; B: 73.66 g; T: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; W: 356.87 g; W tym cukry: 84.25 g; Bł.: 37.20 g; Sól: 7.43 g;	E: 2561.61 kcal; B: 127.07 g; T: 80.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; W: 347.80 g; W tym cukry: 97.42 g; Bł.: 31.93 g; Sól: 6.49 g;	E: 2210.36 kcal; B: 90.80 g; T: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 324.07 g; W tym cukry: 83.24 g; Bł.: 32.68 g; Sól: 7.28 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: 2348.95 kcal; B: 100.41 g; T: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; W: 345.11 g; W tym cukry: 95.52 g; Bł.: 31.90 g; Sól: 5.96 g;	E: 2253.09 kcal; B: 80.27 g; T: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 335.83 g; W tym cukry: 75.01 g; Bł.: 27.04 g; Sól: 3.56 g;	E: 2119.80 kcal; B: 77.53 g; T: 43.23 g; Kw. tł. nasy.: 7.75 g; W: 371.65 g; W tym cukry: 73.20 g; Bł.: 37.80 g; Sól: 7.42 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 100 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 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.) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Salata 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	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Ryż 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.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 g
		II ŚN						
2024-02-10 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny dieta* 130 g (GLU PSZ. SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 160 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka 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	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta (bez glutenu) 130 g Ryż na sypko 250 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-02-10 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 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.) Połędwica 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	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 (JA.J.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
		PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)			Jabłko 1 szt 1 szt
		E: 2124.53 kcal; B: 53.13 g; T: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 360.45 g; W tym cukry: 69.45 g; Bł.: 36.27 g; Sól: 8.46 g;	E: 2378.09 kcal; B: 103.74 g; T: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; W: 337.59 g; W tym cukry: 72.62 g; Bł.: 25.13 g; Sól: 8.61 g;	E: 2148.28 kcal; B: 79.58 g; T: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; W: 325.11 g; W tym cukry: 65.47 g; Bł.: 28.07 g; Sól: 7.88 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: 2314.01 kcal; B: 92.88 g; T: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; W: 332.24 g; W tym cukry: 75.22 g; Bł.: 26.49 g; Sól: 4.20 g;	E: 2308.82 kcal; B: 68.45 g; T: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; W: 334.27 g; W tym cukry: 65.73 g; Bł.: 20.71 g; Sól: 4.36 g;	E: 2157.30 kcal; B: 71.71 g; T: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.27 g; W: 363.37 g; W tym cukry: 64.96 g; Bł.: 36.02 g; Sól: 8.76 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 (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 130 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 g	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Suchary b/c 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Platki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 g
II ŚN							
Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 350 g (GLU PSZ, SEL.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 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	Grysiwka () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g 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 Brokuł gotowany* 200 g 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 Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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.) 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 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.) Dżem 40 g 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.) 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 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
PN	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt		
	E: 2339.74 kcal; B: 57.00 g; T: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; W: 411.86 g; W tym cukry: 118.19 g; Bł.: 39.75 g; Sól: 7.51 g;	E: 2556.27 kcal; B: 129.07 g; T: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; W: 358.46 g; W tym cukry: 113.04 g; Bł.: 27.14 g; Sól: 7.48 g;	E: 2097.74 kcal; B: 90.78 g; T: 57.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 318.62 g; W tym cukry: 71.19 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 7.55 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: 2352.79 kcal; B: 103.87 g; T: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; W: 349.73 g; W tym cukry: 114.01 g; Bł.: 24.98 g; Sól: 4.74 g;	E: 2355.83 kcal; B: 95.47 g; T: 72.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; W: 338.49 g; W tym cukry: 94.84 g; Bł.: 23.21 g; Sól: 4.88 g;	E: 2213.51 kcal; B: 89.78 g; T: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; W: 370.12 g; W tym cukry: 94.81 g; Bł.: 31.59 g; Sól: 7.97 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron 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.) 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	Makaron 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.) Ogórek kiszony 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN							
Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Kotlety z brokula* 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 140 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona 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	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza kuskus/sypko 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ziemniaczana (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 100 ml (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza kuskus/sypko 250 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 130 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			
	E: 2434.80 kcal; B: 65.22 g; T: 90.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; W: 349.96 g; W tym cukry: 53.75 g; Bł.: 30.19 g; Sól: 9.75 g;	E: 2631.86 kcal; B: 114.98 g; T: 95.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; W: 335.83 g; W tym cukry: 69.60 g; Bł.: 22.31 g; Sól: 9.57 g;	E: 2305.61 kcal; B: 87.60 g; T: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; W: 319.20 g; W tym cukry: 59.61 g; Bł.: 23.74 g; Sól: 7.51 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: 2336.32 kcal; B: 96.14 g; T: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; W: 324.10 g; W tym cukry: 63.43 g; Bł.: 17.85 g; Sól: 9.11 g;	E: 2347.97 kcal; B: 76.56 g; T: 89.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 314.48 g; W tym cukry: 59.14 g; Bł.: 16.24 g; Sól: 6.99 g;	E: 2220.09 kcal; B: 82.57 g; T: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; W: 342.94 g; W tym cukry: 48.39 g; Bł.: 26.26 g; Sól: 11.18 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmień na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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</p>	<p>Płatki jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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 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</p>	<p>Płatki jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</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</p>	<p>Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmień na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEJCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g</p>	<p>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</p>	<p>Płatki jęczmień na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEJCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g</p>
		II ŚN						
2024-02-13 wtorek	Obiad	<p>Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 80 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</p>	<p>Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 140 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</p>	<p>Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kluski śląskie z twarogiem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 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</p>	<p>Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 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</p>	<p>Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 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</p>
		PD						
2024-02-13 wtorek	Kolaćca	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 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/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)</p>	<p>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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)</p>	<p>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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)</p>	<p>Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>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>) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
		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: 2199.02 kcal; B: 64.95 g; T: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; W: 351.08 g; W tym cukry: 64.70 g; Bł.: 33.98 g; Sól: 7.09 g;	E: 2561.91 kcal; B: 111.72 g; T: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; W: 331.81 g; W tym cukry: 67.85 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 8.04 g;	E: 2246.28 kcal; B: 68.46 g; T: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 358.87 g; W tym cukry: 66.24 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 7.29 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: 2224.46 kcal; B: 94.22 g; T: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 328.70 g; W tym cukry: 66.63 g; Bł.: 27.40 g; Sól: 5.25 g;	E: 2083.58 kcal; B: 66.47 g; T: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 316.64 g; W tym cukry: 58.08 g; Bł.: 24.13 g; Sól: 4.43 g;	E: 2021.24 kcal; B: 76.25 g; T: 43.42 g; Kw. tł. nasy.: 8.80 g; W: 347.85 g; W tym cukry: 47.42 g; Bł.: 34.00 g; Sól: 8.53 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 130 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 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	Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 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.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN							
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 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	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 350 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 250 g Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 50 g Rukola 20 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 130 g (RYB, SEL.) Pomidor 50 g Rukola 20 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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 50 g Rukola 20 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.) Dżem 40 g Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt			
	E: 2667.35 kcal; B: 58.99 g; T: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; W: 494.91 g; W tym cukry: 109.18 g; Bł.: 35.94 g; Sól: 5.72 g;	E: 2711.75 kcal; B: 98.37 g; T: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; W: 456.32 g; W tym cukry: 126.91 g; Bł.: 32.26 g; Sól: 4.42 g;	E: 2521.42 kcal; B: 68.10 g; T: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; W: 452.86 g; W tym cukry: 86.13 g; Bł.: 28.35 g; Sól: 5.17 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: 2536.06 kcal; B: 71.38 g; T: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; W: 460.84 g; W tym cukry: 136.49 g; Bł.: 28.41 g; Sól: 4.61 g;	E: 2457.29 kcal; B: 62.96 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 428.02 g; W tym cukry: 117.17 g; Bł.: 25.87 g; Sól: 2.66 g;	E: 2182.84 kcal; B: 56.47 g; T: 40.39 g; Kw. tł. nasy.: 7.71 g; W: 417.86 g; W tym cukry: 101.27 g; Bł.: 39.76 g; Sól: 6.84 g;	

		LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	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.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 100 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 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.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Salata 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	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.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g Słupki z warzyw () 50 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Słupki z warzyw () 50 g	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Słupki z warzyw () 50 g	
	II ŚN								
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g		
	PD								
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Jabłko 150 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.) Twarożek z ziołami 130 g (MLE.) Jabłko 150 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.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 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.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony z osionce niejadalnej 60 g (SOJ.) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)				Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Wafle ryżowe 30 g	
		E: 2082.49 kcal; B: 64.66 g; T: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; W: 347.06 g; W tym cukry: 58.44 g; Bł.: 24.47 g; Sól: 6.81 g;	E: 2358.20 kcal; B: 104.85 g; T: 65.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 344.11 g; W tym cukry: 77.53 g; Bł.: 18.51 g; Sól: 6.06 g;	E: 2160.90 kcal; B: 85.33 g; T: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 327.38 g; W tym cukry: 70.37 g; Bł.: 21.29 g; Sól: 6.27 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: 2096.53 kcal; B: 78.21 g; T: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; W: 341.58 g; W tym cukry: 75.41 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 5.87 g;	E: 2176.29 kcal; B: 68.99 g; T: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 332.14 g; W tym cukry: 66.48 g; Bł.: 17.25 g; Sól: 3.67 g;	E: 2110.86 kcal; B: 73.07 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.88 g; W: 357.70 g; W tym cukry: 53.77 g; Bł.: 26.19 g; Sól: 8.60 g;	

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Dżem 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 20 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 20 g Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 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	Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Salata zielona 20 g	Płatki kukurydziane na mleku/p 350 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Dżem 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Salata zielona 20 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
		II ŚN						
2024-02-16 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 140 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, 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	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki () 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD						
2024-02-16 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 130 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 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.) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		PN	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wafle ryżowe 30 g	
	E: 2161.79 kcal; B: 74.05 g; T: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; W: 342.98 g; W tym cukry: 64.89 g; Bł.: 29.27 g; Sól: 6.39 g;	E: 2470.70 kcal; B: 128.20 g; T: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; W: 338.34 g; W tym cukry: 78.07 g; Bł.: 24.14 g; Sól: 5.45 g;	E: 2141.50 kcal; B: 93.57 g; T: 60.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 318.50 g; W tym cukry: 73.78 g; Bł.: 27.12 g; Sól: 6.22 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: 2270.42 kcal; B: 101.97 g; T: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; W: 338.06 g; W tym cukry: 77.87 g; Bł.: 24.87 g; Sól: 4.91 g;	E: 2225.35 kcal; B: 80.65 g; T: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; W: 336.67 g; W tym cukry: 73.79 g; Bł.: 23.59 g; Sól: 3.45 g;	E: 2046.44 kcal; B: 77.02 g; T: 37.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.29 g; W: 365.38 g; W tym cukry: 66.18 g; Bł.: 32.44 g; Sól: 6.41 g;	

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ.</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>) 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>) 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	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g 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>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN							
Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 160 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka 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	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 130 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 130 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g 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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g 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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g 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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () (bez mleka) 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt		
	E: 2308.12 kcal; B: 51.50 g; T: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; W: 407.30 g; W tym cukry: 66.57 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 5.88 g;	E: 2549.90 kcal; B: 91.83 g; T: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; W: 390.11 g; W tym cukry: 86.31 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 7.63 g;	E: 2210.77 kcal; B: 71.39 g; T: 66.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; W: 345.03 g; W tym cukry: 66.73 g; Bł.: 26.88 g; Sól: 7.14 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: 2319.73 kcal; B: 77.61 g; T: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 364.19 g; W tym cukry: 81.55 g; Bł.: 26.32 g; Sól: 7.06 g;	E: 2161.99 kcal; B: 56.84 g; T: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; W: 336.16 g; W tym cukry: 72.49 g; Bł.: 20.80 g; Sól: 5.51 g;	E: 2198.05 kcal; B: 64.15 g; T: 52.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; W: 382.38 g; W tym cukry: 63.73 g; Bł.: 32.23 g; Sól: 8.70 g;

	LUBA- Łatwostrawna niskobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna bogatobiałkowa	LUBA- Łatwostrawna ZOL	LUBA- Dieta po cesarskim cięciu	LUBA- Dna moczanowa	LUBA- Bezglutenowa	LUBA- Bezmleczna
Śniadanie	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 130 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Suchary b/c 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Miód (25g) 2 szt Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
II ŚN							
Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 140 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana 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	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 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 Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g	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>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g	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>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 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>) Miód (25g) 2 szt Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g	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>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN	Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)				Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	E: 2432.26 kcal; B: 63.13 g; T: 77.61 g; Kw. tł. nasy.: 34.14 g; W: 379.45 g; W tym cukry: 57.71 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 7.18 g;	E: 2645.60 kcal; B: 137.44 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; W: 354.37 g; W tym cukry: 68.35 g; Bł.: 23.12 g; Sól: 7.17 g;	E: 2089.49 kcal; B: 69.53 g; T: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.69 g; W: 301.04 g; W tym cukry: 74.32 g; Bł.: 26.96 g; Sól: 6.32 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: 2465.36 kcal; B: 75.30 g; T: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; W: 390.39 g; W tym cukry: 77.36 g; Bł.: 26.92 g; Sól: 4.26 g;	E: 2054.96 kcal; B: 85.47 g; T: 50.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; W: 321.38 g; W tym cukry: 56.98 g; Bł.: 19.69 g; Sól: 3.80 g;	E: 2048.13 kcal; B: 81.16 g; T: 25.86 g; Kw. tł. nasy.: 7.04 g; W: 386.54 g; W tym cukry: 46.80 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 7.46 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-05 poniedziałek	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.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB. SEL.) Salata 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Salata 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.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g
	II ŚN		jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka wykwintra z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka wykwintra z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 350 ml (SEL.) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, 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.) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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.) Ser żółty 60 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Grysiowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) 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: 2384.55 kcal; B: 91.65 g; T: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; W: 361.98 g; W tym cukry: 97.89 g; Bł.: 35.47 g; Sól: 7.56 g;	E: 2552.98 kcal; B: 91.90 g; T: 91.50 g; Kw. tł. nasy.: 47.00 g; W: 356.12 g; W tym cukry: 96.85 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 7.25 g;	E: 567.24 kcal; B: 17.24 g; T: 9.97 g; Kw. tł. nasy.: 4.64 g; W: 106.26 g; W tym cukry: 42.77 g; Bł.: 8.21 g; Sól: 1.69 g;	E: 2322.29 kcal; B: 55.91 g; T: 55.55 g; Kw. tł. nasy.: 6.67 g; W: 424.62 g; W tym cukry: 75.44 g; Bł.: 54.31 g; Sól: 7.57 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-06 wtorek	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.) Połudwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Salata 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.) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 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.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.)	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (SEL.)
		PD	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 20 g			
	Kolaćca	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.) Połudwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (SOJ.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z młkiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g	Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z brokula* 80 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rukola 20 g
		PN		Wafle ryżowe 30 g		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: 2540.81 kcal; B: 108.43 g; T: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; W: 388.05 g; W tym cukry: 78.03 g; Bł.: 21.11 g; Sól: 6.73 g;	E: 2200.02 kcal; B: 62.76 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; W: 386.56 g; W tym cukry: 67.93 g; Bł.: 28.81 g; Sól: 6.01 g;	E: 647.55 kcal; B: 19.18 g; T: 9.54 g; Kw. tł. nasy.: 4.52 g; W: 125.06 g; W tym cukry: 45.04 g; Bł.: 8.04 g; Sól: 1.29 g;	E: 1996.88 kcal; B: 49.27 g; T: 48.75 g; Kw. tł. nasy.: 6.67 g; W: 353.39 g; W tym cukry: 50.75 g; Bł.: 33.38 g; Sól: 8.08 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-07 środa	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 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	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		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	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej - dieta (pieczone) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej . 100 g (<u>GLU PSZ, GLU JĘCZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g
	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>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Paszet z ciecierzycy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN		Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 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: 2657.52 kcal; B: 97.63 g; T: 70.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; W: 422.67 g; W tym cukry: 140.22 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 6.01 g;	E: 2243.52 kcal; B: 67.06 g; T: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; W: 360.94 g; W tym cukry: 90.34 g; Bł.: 35.27 g; Sól: 6.98 g;	E: 571.08 kcal; B: 17.60 g; T: 9.98 g; Kw. tł. nasy.: 4.67 g; W: 106.26 g; W tym cukry: 41.66 g; Bł.: 6.97 g; Sól: 1.24 g;	E: 2129.90 kcal; B: 47.64 g; T: 48.89 g; Kw. tł. nasy.: 6.13 g; W: 389.96 g; W tym cukry: 89.76 g; Bł.: 42.97 g; Sól: 7.59 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-08 czwartek	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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata 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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata 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>) 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Salata 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	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	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>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
		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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Gryskowa () 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Salatka jarzynowa - dieta (bez mleka) () 200 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN		Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt			Sok jabłkowy 100 % 0,2l 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: 2622.63 kcal; B: 93.68 g; T: 84.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; W: 383.13 g; W tym cukry: 94.01 g; Bł.: 22.86 g; Sól: 5.82 g;	E: 2307.54 kcal; B: 68.27 g; T: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; W: 364.75 g; W tym cukry: 86.95 g; Bł.: 32.80 g; Sól: 6.34 g;	E: 699.97 kcal; B: 20.82 g; T: 9.90 g; Kw. tł. nasy.: 4.62 g; W: 136.36 g; W tym cukry: 42.50 g; Bł.: 8.46 g; Sól: 1.30 g;	E: 2290.64 kcal; B: 54.45 g; T: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 6.39 g; W: 427.91 g; W tym cukry: 72.62 g; Bł.: 47.86 g; Sól: 6.96 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-09 piątek	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>) Dżem 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 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>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 75 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Sałata zielona 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 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 Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g	Dyniowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety z soczewicy (). 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g
	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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Grysiowa () 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>) 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>) Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, 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: 2559.15 kcal; B: 110.67 g; T: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; W: 368.50 g; W tym cukry: 100.75 g; Bł.: 32.44 g; Sól: 6.35 g;	E: 2396.67 kcal; B: 74.32 g; T: 78.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; W: 364.92 g; W tym cukry: 87.83 g; Bł.: 36.04 g; Sól: 6.53 g;	E: 620.55 kcal; B: 19.21 g; T: 10.11 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; W: 117.15 g; W tym cukry: 46.21 g; Bł.: 9.49 g; Sól: 1.73 g;	E: 2286.07 kcal; B: 53.67 g; T: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 7.06 g; W: 407.43 g; W tym cukry: 81.47 g; Bł.: 46.66 g; Sól: 7.06 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Połędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 12,5 g (MLE) Hummus 60 g (SEZ) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 50 g	Ryż na mleku/p 350 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g (SEZ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rzodkiew biała 50 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	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 130 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 130 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g
	PD		Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 20 g (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) Połędwica 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	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) Pomidor 50 g Rukola 20 g	Grysiwka () 350 ml (GLU PSZ, SEL) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Rukola 20 g
	PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE)			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: 2509.61 kcal; B: 94.41 g; T: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; W: 379.24 g; W tym cukry: 96.36 g; Bł.: 25.63 g; Sól: 7.01 g;	E: 2221.50 kcal; B: 60.96 g; T: 76.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 333.93 g; W tym cukry: 68.19 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 7.86 g;	E: 641.58 kcal; B: 18.15 g; T: 9.31 g; Kw. tł. nasy.: 4.48 g; W: 126.89 g; W tym cukry: 43.97 g; Bł.: 10.76 g; Sól: 1.08 g;	E: 2167.74 kcal; B: 54.07 g; T: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 7.20 g; W: 379.71 g; W tym cukry: 63.90 g; Bł.: 39.27 g; Sól: 8.41 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-11 niedziela	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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 150 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 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>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Papryka świeża 50 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	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Bulion warzywny z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bulion warzywny z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 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>) Szyunka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Grysiwka () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 70 g
	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: 2703.29 kcal; B: 124.65 g; T: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; W: 385.28 g; W tym cukry: 117.24 g; Bł.: 27.73 g; Sól: 6.81 g;	E: 2268.78 kcal; B: 81.34 g; T: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 36.47 g; W: 349.64 g; W tym cukry: 104.98 g; Bł.: 27.72 g; Sól: 6.28 g;	E: 628.02 kcal; B: 23.59 g; T: 13.31 g; Kw. tł. nasy.: 5.67 g; W: 107.19 g; W tym cukry: 41.98 g; Bł.: 7.38 g; Sól: 1.29 g;	E: 2032.55 kcal; B: 52.91 g; T: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 6.81 g; W: 364.41 g; W tym cukry: 84.18 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 6.69 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Vegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-12 poniedziałek	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 Pasta z fasoli 80 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		II ŚN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
2024-02-12 poniedziałek	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlety z brokuła* 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kotlety z brokuła* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD	Chrupki kukurydziane 20 g			
2024-02-12 poniedziałek	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 mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Sałata zielona 20 g	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>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Sałata zielona 20 g	Gryskowa () 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 warzywna () 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Sałata zielona 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: 2520.75 kcal; B: 97.52 g; T: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; W: 354.08 g; W tym cukry: 71.03 g; Bł.: 22.48 g; Sól: 8.27 g;	E: 2326.96 kcal; B: 79.21 g; T: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; W: 347.12 g; W tym cukry: 70.80 g; Bł.: 27.75 g; Sól: 9.00 g;	E: 655.04 kcal; B: 20.56 g; T: 9.52 g; Kw. tł. nasy.: 4.53 g; W: 126.49 g; W tym cukry: 38.89 g; Bł.: 9.10 g; Sól: 1.58 g;	E: 2292.46 kcal; B: 61.90 g; T: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 7.21 g; W: 389.61 g; W tym cukry: 55.90 g; Bł.: 42.03 g; Sól: 10.18 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewicka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</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 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe z kurczaka pieczone w ziołach 100 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 zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kluski śląskie z twarogiem () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>)	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka () 200 g (<u>GOR.</u>) 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>) Twaróg półtłusty 20 g (<u>MLE.</u>)			
	Kolejacja	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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</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>) Rzodkiew biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</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 brokula * 80 g Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
		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: 2558.81 kcal; B: 99.72 g; T: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; W: 363.08 g; W tym cukry: 74.12 g; Bł.: 29.36 g; Sól: 7.23 g;	E: 2376.26 kcal; B: 70.07 g; T: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; W: 372.04 g; W tym cukry: 60.30 g; Bł.: 26.78 g; Sól: 7.66 g;	E: 581.59 kcal; B: 18.59 g; T: 10.37 g; Kw. tł. nasy.: 4.73 g; W: 107.64 g; W tym cukry: 42.72 g; Bł.: 8.20 g; Sól: 1.70 g;	E: 2105.24 kcal; B: 48.41 g; T: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 7.08 g; W: 364.60 g; W tym cukry: 45.20 g; Bł.: 33.41 g; Sól: 10.00 g;	

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-02-14 środa	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. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 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	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 soczewicy czerwonej 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 350 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 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	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 50 g Rukola 20 g 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>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 Dżem 40 g Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 50 g Rukola 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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: 2765.94 kcal; B: 86.95 g; T: 59.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; W: 484.48 g; W tym cukry: 128.51 g; Bł.: 31.03 g; Sól: 4.29 g;	E: 2615.46 kcal; B: 73.58 g; T: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; W: 443.64 g; W tym cukry: 119.89 g; Bł.: 31.09 g; Sól: 7.17 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: 2275.08 kcal; B: 52.64 g; T: 39.88 g; Kw. tł. nasy.: 6.12 g; W: 441.37 g; W tym cukry: 106.48 g; Bł.: 41.93 g; Sól: 6.18 g;

		LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna
2024-02-15 czwartek	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>) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 50 g	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>) Paszet z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z warzyw () 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Słupki z warzyw () 50 g
	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 ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*- dieta BM 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g 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>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 groszku zielonego b/ml 80 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN			Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Mandarynka 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: 2485.91 kcal; B: 100.58 g; T: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; W: 363.06 g; W tym cukry: 80.38 g; Bł.: 19.05 g; Sól: 5.89 g;	E: 2208.61 kcal; B: 71.36 g; T: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; W: 359.21 g; W tym cukry: 76.83 g; Bł.: 29.96 g; Sól: 5.93 g;	E: 625.50 kcal; B: 18.44 g; T: 9.39 g; Kw. tł. nasy.: 4.47 g; W: 120.90 g; W tym cukry: 42.48 g; Bł.: 7.96 g; Sól: 1.30 g;	E: 2052.17 kcal; B: 60.14 g; T: 34.21 g; Kw. tł. nasy.: 5.35 g; W: 392.35 g; W tym cukry: 65.97 g; Bł.: 41.25 g; Sól: 7.04 g;

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-16 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>) Dżem 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 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>) Dżem 20 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 20 g
		II ŚN	Chrupki kukurydziane 20 g			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlety z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Kotlety z soczewicy (). 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g
		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>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 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 Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL.</u>) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN		Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, 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: 2420.90 kcal; B: 106.15 g; T: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; W: 365.48 g; W tym cukry: 81.68 g; Bł.: 25.94 g; Sól: 5.03 g;	E: 2370.41 kcal; B: 74.74 g; T: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; W: 360.76 g; W tym cukry: 73.88 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 6.28 g;	E: 612.62 kcal; B: 18.80 g; T: 10.24 g; Kw. tł. nasy.: 4.69 g; W: 114.89 g; W tym cukry: 42.05 g; Bł.: 7.00 g; Sól: 1.27 g;	E: 2398.73 kcal; B: 63.89 g; T: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 6.89 g; W: 415.76 g; W tym cukry: 65.91 g; Bł.: 43.98 g; Sól: 6.42 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-17 sobota	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</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>) 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 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	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 brokula* 80 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)			
	Obiad	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g 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	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kotlet z fasoli i marchwi () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g 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>) Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN		Twaróg półtusty 20 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</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: 2536.51 kcal; B: 84.89 g; T: 75.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; W: 393.97 g; W tym cukry: 87.73 g; Bł.: 27.64 g; Sól: 6.20 g;	E: 2529.81 kcal; B: 55.71 g; T: 83.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; W: 399.01 g; W tym cukry: 79.72 g; Bł.: 31.21 g; Sól: 6.87 g;	E: 647.76 kcal; B: 19.23 g; T: 10.92 g; Kw. tł. nasy.: 4.76 g; W: 122.93 g; W tym cukry: 42.59 g; Bł.: 9.12 g; Sól: 1.28 g;	E: 2255.97 kcal; B: 48.93 g; T: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 8.06 g; W: 370.62 g; W tym cukry: 64.84 g; Bł.: 35.25 g; Sól: 8.00 g;	

	LUBA- Kleikowa	LUBA- Lekkostrawna dziecięca	LUBA- Wegetariańska	LUBA- Płynna	LUBA- Specjalna	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Kleik ryżowo-marchwiowy 400 ml	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 12,5 g (<u>MLE.</u>) Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g	Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) 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 Jabłko 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Rukola 20 g
	II ŚN		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	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane (). 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 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>)			
	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 Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g	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>) Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Rzodkiew biała 50 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g
PN		Ciasto drożdżowe 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)			Pieczewo 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: 2745.16 kcal; B: 123.47 g; T: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; W: 408.80 g; W tym cukry: 86.03 g; Bł.: 24.05 g; Sól: 7.27 g;	E: 2421.52 kcal; B: 78.99 g; T: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.26 g; W: 342.14 g; W tym cukry: 69.20 g; Bł.: 25.53 g; Sól: 6.85 g;	E: 602.73 kcal; B: 18.91 g; T: 10.36 g; Kw. tł. nasy.: 4.71 g; W: 112.27 g; W tym cukry: 45.01 g; Bł.: 7.42 g; Sól: 1.28 g;	E: 2257.76 kcal; B: 57.68 g; T: 49.01 g; Kw. tł. nasy.: 6.21 g; W: 412.70 g; W tym cukry: 53.86 g; Bł.: 38.99 g; Sól: 6.25 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,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Bł. - Błonnik pokarmowy,
Ener. z B - % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
Ener. z W - % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,