

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Wędlina filet zapiekany 60 g Pomidor 80 g	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 200g, 200 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Marchew oprószana z groszkiem zielonym 150 g (GLUTEN, MLEKO) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml		Wędlina Połędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek kiszony 50 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 229,9 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sól [g] 14,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Glukoza [g] 9,2 Fruktoza [g] 9,8 Laktoza [g] 14,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 76,8 Witamina A [mg] 3 108,7 Witamina C [mg] 140,8 WW [Por] 31,5
	Dzieci obrzyce	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 80 g Pomidor 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 150 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Marchew oprószana z groszkiem zielonym 100 g (GLUTEN, MLEKO) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml	Jabłko 1szt 120 g	Wędlina Połędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek kiszony 50 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 379,2 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 345,2 Sól [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Glukoza [g] 11,1 Fruktoza [g] 15,9 Laktoza [g] 14,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 86 Witamina A [mg] 2 421,5 Witamina C [mg] 148,5 WW [Por] 34,5
	Cukrzyca obiz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 200g, 200 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Marchew oprószana z groszkiem zielonym 150 g (GLUTEN, MLEKO) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml	Jabłko 1szt 120 g	Wędlina Połędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek kiszony 50 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 263,2 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 350,3 Sól [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Glukoza [g] 11,7 Fruktoza [g] 16,5 Laktoza [g] 14,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 suma cukrów prostych [g] 90,5 Witamina A [mg] 3 110,3 Witamina C [mg] 152,2 WW [Por] 35

2024-08-26 poniedziałek	Lekkostrawna obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml	Jabłko gotowane 1szt 120 g	zupa szpinakowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 200g 200 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Marchew gotowana 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Liść salaty 20 g Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN)	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 320,9 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 328,8 Sól [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Glukoza [g] 7 Fruktoza [g] 10 Laktoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 suma cukrów prostych [g] 82,8 Witamina A [mg] 353,6 Witamina C [mg] 105,4 WW [Por] 32,9
2024-08-27 wtorek	Podstawowa Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa 80 g Ogórek świeży zielony 80 g Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa pejzanka z ziemniakami i fasolą 400 g (GLUTEN, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g		Herbata b/cukru 250ml 200 ml Sałatka z tuńczykiem, ryżem brązowym, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Pomidor 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY)	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 295,8 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 376,3 Sól [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Glukoza [g] 9,3 Fruktoza [g] 9,6 Laktoza [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 suma cukrów prostych [g] 73,6 Witamina A [mg] 458,3 Witamina C [mg] 162,5 WW [Por] 37,4
2024-08-27 wtorek	Dzieci obrzyce	Herbata b/cukru 250ml 200 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa 80 g	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa pejzanka z ziemniakami i fasolą 400 g (GLUTEN, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Banan 120 g	Herbata b/cukru 250ml 200 ml Sałatka z tuńczykiem, ryżem brązowym, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Pomidor 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY)	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 503,5 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 417,3 Sól [g] 14 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Glukoza [g] 12,6 Fruktoza [g] 12,4 Laktoza [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 suma cukrów prostych [g] 88,3 Witamina A [mg] 464,3 Witamina C [mg] 169,3 WW [Por] 41,6

2024-08-27 wtorek	Cukrzyca obrz.	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Wędlina Szykowa Dębowa wieprzowa 80 g Ogórek plastry 80 g Herbata b/cukru 250ml 200 ml Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa pejszanka z ziemniakami i fasolą 400 g (GLUTEN, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g</p>	<p>Banan 120 g</p>	<p>Herbata b/cukru 250ml 200 ml Salátka z tuńczykiem, ryżem brązowym, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Pomidor 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Wędlina Połędwica Sopotcka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY)</p>	<p>Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 505,1 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 405,4 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Glukoza [g] 10,9 Fruktოza [g] 11 Laktoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 suma cukrów prostych [g] 85,2 Witamina A [mg] 4 201 Witamina C [mg] 120 WW [Por] 40,3</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Herbata b/cukru 250ml 200 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Wędlina Szykowa Dębowa wieprzowa 80 g Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN)</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Herbata b/cukru 250ml 200 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA) Brokuły gotowane 150 g</p>		<p>Herbata b/cukru 250ml 200 ml Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Wędlina Połędwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY)</p>	<p>Owsianka w tubce 100g 100 g (GLUTEN)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 217 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Glukoza [g] 5 Fruktοza [g] 5,3 Laktoza [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 40,9 Witamina A [mg] 1 332,2 Witamina C [mg] 198,9 WW [Por] 31,7</p>
	2024-08-28 środa	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Wędlina szykna na kartki wieprzowa 60 g Ser topiony 25 g (MLEKO) Chleb bałtnowski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść salaty 5 g Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor w ćwiartki 80 g</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g</p>	<p>Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ryż biały gotowany 200 g Napój owocowy bez cukru 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 150 g (GLUTEN, MLEKO, SELER)</p>		<p>Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb bałtnowski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Ogórek plastry 80 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)</p>

2024-08-28 środa	Dzieci obrzyce	Wędlina szynka na kartki wieprzowa 60 g Ser topiony 25 g (MLEKO) Chleb bałtownowski psz-żyt 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść salaty 5 g Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ryż biały gotowany 200 g Napój owocowy bez cukru 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 150 g (GLUTEN, MLEKO, SELER)	Kisiel z cukrem 150 ml	Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb bałtownowski psz-żyt 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Ogórek plastry 80 g Liść salaty 5 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 606,1 Białko ogółem [g] 114,9 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 373,1 Sól [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 6,5 Laktoza [g] 17,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 74,8 Witamina A [mg] 1 649,7 Witamina C [mg] 107,7 WW [Por] 37,6
	Cukrzyca obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Wędlina szynka na kartki wieprzowa 60 g Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) herbata bez cukru 200 ml Pomidor 80 g	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ryż brązowy gotowany 230 g Napój owocowy bez cukru 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 150 g (GLUTEN, MLEKO, SELER)	Kisiel bez cukru 150 ml	Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Ogórek świeży zielony 80 g Liść salaty 5 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 422 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 384,4 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 6,5 Laktoza [g] 17,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 75 Witamina A [mg] 1 593,2 Witamina C [mg] 107,1 WW [Por] 38,6
	Lekkostrawna obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Wędlina szynka na kartki wieprzowa 60 g Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor w ćwiartki 80 g	Kiwi 1 szt 75 g	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ryż biały gotowany 230 g Napój owocowy bez cukru 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 150 g (GLUTEN, MLEKO, SELER)		Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100 g (JAJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Liść salaty 10 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,1 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 385,5 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Glukoza [g] 6,2 Fruktoza [g] 6,2 Laktoza [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 72,4 Witamina A [mg] 1 709,3 Witamina C [mg] 110,4 WW [Por] 38,7

2024-08-29 czwartek	Podstawowa Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Szynka wieprzowa parowana - duszona 100 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLUTEN, MLEKO) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kasza gryczana gotowana 230 g Napój owocowy bez cukru 250 g		wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Cwikła 80 g (SIARKA)	Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 606,4 Białko ogółem [g] 139,8 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 362,5 Sól [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Glukoza [g] 4,9 Fruktoza [g] 9 Laktoza [g] 15,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 62,4 Witamina A [mg] 918,3 Witamina C [mg] 87,3 WW [Por] 36,4
	Dzieci obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Pomidor 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Szynka wieprzowa parowana - duszona 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kasza gryczana gotowana 230 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLUTEN, MLEKO)	Kisiel z cukrem 200 ml	wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Cwikła 80 g (SIARKA)	Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 864,6 Białko ogółem [g] 146,8 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 404,4 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Glukoza [g] 4,9 Fruktoza [g] 9 Laktoza [g] 15,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 suma cukrów prostych [g] 77,1 Witamina A [mg] 983,2 Witamina C [mg] 87,4 WW [Por] 40,7
	Cukrzyca obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor 80 g Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Szynka wieprzowa parowana - duszona 100 g Szpinak gotowany 150 g (GLUTEN, MLEKO) Kasza gryczana gotowana 230 g Sos pieczeniowy jasny 150 g (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Cwikła 80 g (SIARKA)	Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)	Wartość energetyczna[kcal] 2 976,6 Białko ogółem [g] 144,6 Tłuszcz [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 395,3 Sól [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,3 Glukoza [g] 4,4 Fruktoza [g] 8 Laktoza [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 69,8 Witamina A [mg] 898,5 Witamina C [mg] 129,3 WW [Por] 39,6

2024-08-29 czwartek	Lekkostrawna obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor 80 g Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Szynka wieprzowa parowana - duszona 100 g Szinak gotowany 150 g (GLUTEN, MLEKO) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pieczeniowy jasny 150 g (GLUTEN, MLEKO)		wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 639,5 Białko ogółem [g] 137,7 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Glukoza [g] 5,4 Fruktoza [g] 9,5 Laktoza [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 62,5 Witamina A [mg] 1 979 Witamina C [mg] 158,9 WW [Por] 32,3
2024-08-30 piątek	Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Bulka pszenna (75g) 80 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie parowane z olejem 250 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g		Paprykarz 50 g (RYBY) Ser topiony 50 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 625,2 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 387,2 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,1 Glukoza [g] 16,9 Fruktoza [g] 18,2 Laktoza [g] 25,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 116,3 Witamina A [mg] 4 110,2 Witamina C [mg] 90,6 WW [Por] 38,7
2024-08-30 piątek	Dzieci obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie parowane z olejem 200 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Jabłko 1szt 120 g	Paprykarz 50 g (RYBY) Ser topiony 50 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Liść sałaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 688,6 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 403,3 Sól [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Glukoza [g] 19,4 Fruktoza [g] 24,8 Laktoza [g] 25,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 suma cukrów prostych [g] 127,8 Witamina A [mg] 4 089,7 Witamina C [mg] 99,8 WW [Por] 40,4

2024-08-30 piątek	Cukrzyca obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Twaróg - plastry 100 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO) Bułka grahamka 1 szt 80 g (GLUTEN) Liść salaty 5 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie parowane z olejem 250 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	Paprykarz 50 g (RYBY) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żyt 120 g (GLUTEN) Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 383,5 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 350,9 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4 Glukoza [g] 7,9 Fruktoza [g] 13,4 Laktoza [g] 25,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 87,1 Witamina A [mg] 4 088,4 Witamina C [mg] 81,7 WW [Por] 35
	Lekkostrawna obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 80 g (GLUTEN) Chleb pszenny 30 g (GLUTEN) Liść salaty 5 g	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pierogi ruskie parowane z olejem 250 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Paprykarz 50 g (RYBY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 540,8 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 395 Sól [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Glukoza [g] 17,4 Fruktoza [g] 19 Laktoza [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 117,7 Witamina A [mg] 4 085,5 Witamina C [mg] 104,5 WW [Por] 39,5
	Podstawowa Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żyt 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN) Liść salaty 5 g	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Żurek 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 200 g (GLUTEN, SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g		Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50 g (JAJA, MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żyt 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN) Pomidor 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 663 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Sól [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 Glukoza [g] 7 Fruktoza [g] 6,6 Laktoza [g] 13,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 72,5 Witamina A [mg] 1 317,4 Witamina C [mg] 134,1 WW [Por] 35,7

2024-08-31 sobota	Dzieci obiady	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN)</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Żurek 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 200 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50 g (JAJA, MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 987,1 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 417,8 Sól [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1 Glukoza [g] 8,3 Fruktaza [g] 8 Laktoza [g] 23,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 89,6 Witamina A [mg] 1 338,9 Witamina C [mg] 174 WW [Por] 42</p>
	Cukrzyca obz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) herbata bez cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty gotowany 230 g (GLUTEN) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 200 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 50 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Pomidor 80 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 454,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3 Glukoza [g] 8,6 Fruktaza [g] 8,2 Laktoza [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 91,5 Witamina A [mg] 1 334,4 Witamina C [mg] 190,4 WW [Por] 32,8</p>
	Lekkostrawna obz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN)</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (GLUTEN, SELER) Szpinak gotowany 150 g (GLUTEN, MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40 g (JAJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Pomidor 80 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 685 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 361,4 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Glukoza [g] 4,9 Fruktaza [g] 4,9 Laktoza [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 68,8 Witamina A [mg] 2 225,5 Witamina C [mg] 152,2 WW [Por] 36,3</p>

2024-09-01 niedziela	Podstawowa Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Ogórek plastry 50 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)		Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Zeberka wieprzowe duszone 160 g (SELER) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLUTEN, MLEKO) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml		Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)	Herbatniki be-be 16g 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 080,7 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 120,5 Węglowodany ogółem [g] 382,7 Sól [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54,9 Glukoza [g] 8 Fruktoza [g] 8,7 Laktoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 87,8 Witamina A [mg] 2 174,5 Witamina C [mg] 237,4 WW [Por] 38,3
	Dzieci obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Ogórek plastry 50 g Liść salaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb bałtownowski psz-żył 170 g (GLUTEN)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Zeberka wieprzowe duszone 160 g (SELER) Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLUTEN, MLEKO) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Chleb bałtownowski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml	Herbatniki be-be 16g 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 400,8 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 122,9 Węglowodany ogółem [g] 442,9 Sól [g] 11,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,9 Glukoza [g] 8,8 Fruktoza [g] 8,9 Laktoza [g] 19,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 119,2 Witamina A [mg] 2 204,2 Witamina C [mg] 248,9 WW [Por] 44,4
	Cukrzyca obrz.	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet gotowany z indyka Alba 60 g (SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Liść salaty 5 g Ogórek plastry 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 120 g (GLUTEN)	Kisiel bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Udka z kurczaka gotowane 180 g Sos pietruszkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane 230 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)	Herbatniki be-be 16g 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 183,2 Białko ogółem [g] 131,7 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 436,6 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,5 Glukoza [g] 9 Fruktoza [g] 9,1 Laktoza [g] 17,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 128,2 Witamina A [mg] 2 042,4 Witamina C [mg] 241,3 WW [Por] 43,6

2024-09-01 niedziela	Lekkostrawna obrz.	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlna filet zapiekany 60 g Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Pomidor 80 g Liść salaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN)	Kisiel z cukrem 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Udko z kurczaka gotowane 180 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLUTEN, MLEKO) kalafior gotowany 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml		Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Wędlna filet gotowany z indyka Alba 60 g (SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 250ml 200 ml	Herbatniki be-be 16g 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 768,2 Białko ogółem [g] 136,2 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 412,2 Sól [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Glukoza [g] 6,9 Fruktaza [g] 9 Laktoza [g] 16,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 91,8 Witamina A [mg] 124,6 Witamina C [mg] 163,1 WW [Por] 41,3
----------------------	--------------------	--	------------------------	--	--	--	--	---