

Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-03-17 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (GLUTEN, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Paszтет wieprzowo drobiowy 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek plastry 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Bigos z kielbasą wieprzową-drobia wa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Jabłko 1szt 120 g Napój owocowy 250 g</p>		<p>Wędlina kanapkowa po góralsku wieprz.-drob 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250 ml Twaróg - plastry 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Papryka świeża 80 g</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 627,1 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 380,8 Sól [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Glukoza [g] 15,5 Fruktoza [g] 23,1 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 108 Witamina A [mg] 2 595,4 Witamina C [mg] 344,6 WW [Por] 38</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 350 ml (GLUTEN, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Paszтет zapiekany wieprz.-drob 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek plastry 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250 ml Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Bigos z kielbasą wieprzową-drobia wa 350 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Jabłko 1szt 120 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Wafelek Gimi 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)</p>	<p>Wędlina kanapkowa po góralsku wieprz.-drob 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250 ml Twaróg - plastry 40 g (MLEKO) Papryka świeża 80 g</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 282,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 464,7 Sól [g] 12,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Glukoza [g] 15,5 Fruktoza [g] 23,1 Laktoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 142,3 Witamina A [mg] 2 656,4 Witamina C [mg] 344,6 WW [Por] 46,5</p>

2025-03-17 poniedziałek	Cukrzyca obrz.	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Paszтет zapiekany wieprz.-drob 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ogórek świeży zielony 80 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO)</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet z łopatki wieprzowej parowany 100 g (GLUTEN, JAJA) Ziemniaki gotowane 230 g Marchew gotowana 150 g Napój owocowy 250 g Sos pomidorowy 100ml 150 ml (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Jabłko gotowane 1szt 120 g</p>	<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 40 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Twaróg - plastry 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Papryka świeża 80 g</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 588,9 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 414,6 Sól [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Glukoza [g] 10,1 Fruktaza [g] 13,4 Laktoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 103,8 Witamina A [mg] 4 818,2 Witamina C [mg] 223,7 WW [Por] 41,5</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLUTEN, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Paszтет wieprzowu drobiowy 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Pomidor 80 g</p>	<p>Jabłko gotowane 1szt 120 g</p>	<p>Zupa brokułowa 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Pulpet z łopatki wieprzowej parowany 100 g (GLUTEN, JAJA) Sos pomidorowy 100ml 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 40 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 250 ml Liść salaty 10 g Twaróg - plastry 40 g (MLEKO) Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 579,1 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 406,3 Sól [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Glukoza [g] 9,8 Fruktaza [g] 13,5 Laktoza [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 98,1 Witamina A [mg] 4 345,1 Witamina C [mg] 134,7 WW [Por] 40,7</p>	

2025-03-18 wtorek	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt</p>	<p>zupa z czerwonej soczewicy 400 g (GLUTEN, SELER) Potrawka drobiowa z indyka G 180 g Ryż biały gotowany 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Pomidor 80 g Ketchup saszetka 1 szt Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Parówka lux drobiowo wieprzowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% 20 g</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 820,1 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 416,5 Sól [g] 14,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Glukoza [g] 3,6 Fruktoza [g] 4,2 Laktoza [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 95 Witamina A [mg] 1 098,9 Witamina C [mg] 74,4 WW [Por] 41,7</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO)</p>	<p>Serek homogenizowany truskawkowy 100 g</p>	<p>zupa z czerwonej soczewicy 400 g (GLUTEN, SELER) Potrawka drobiowa z indyka G 180 g Ryż biały gotowany 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Mieszanka studencka 1op/35g 35 g</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Parówka lux drobiowo wieprzowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1 szt Pomidor 80 g</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt</p>

2025-03-18 wtorek	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO)</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)</p>	<p>zupa z czerwonej soczewicy 400 g (GLUTEN, SELER) Potrawka drobiowa z indyka G 180 g Ryż brązowy gotowany 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Napój owocowy 250 g</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g</p>	<p>Pomidor 80 g Herbata b/cukru 200 ml Parówka lux drobiowo wieprzowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Ketchup saszetka 1 szt</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 061,2 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 433,2 Sól [g] 13,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 7,5 Laktoza [g] 16,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 suma cukrów prostych [g] 85,8 Witamina A [mg] 1 162 Witamina C [mg] 124,3 WW [Por] 43,3</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Pomidor 80 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml (GLUTEN, SELER) Potrawka drobiowa z indyka G 180 g Ryż biały gotowany 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Napój owocowy 250 g</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Parówka lux drobiowo wieprzowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1 szt Pomidor 80 g</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 908,6 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 439,7 Sól [g] 14,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Glukoza [g] 5,4 Fruktoza [g] 6,4 Laktoza [g] 14,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 105,8 Witamina A [mg] 1 278,2 Witamina C [mg] 100,5 WW [Por] 43,9</p>

2025-03-19 środa	Podstawowa Obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynkowa z indyka (Giż) 60 g Ogórek kiszony w plasterki 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Krem orzechowy 1szt/20g 20 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g	Banan 160 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 200 g (GLUTEN, SELER) Fasolka szparagowa gotowana 150 g		Pasta z makreli wędzonej i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, GORCZY, SEZAM) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Pomidor 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 653,6 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 405,2 Sól [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Glukoza [g] 9,8 Fruktoza [g] 10,8 Laktoza [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 75,9 Witamina A [mg] 1 170,7 Witamina C [mg] 100,6 WW [Por] 40,7
	Dzieci obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynkowa z indyka (Giż) 60 g Ogórek kiszony w plasterki 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Krem orzechowy 1szt/20g 20 g Liść sałaty 5 g	Banan 160 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Sos do spaghetti mięsa wieprzowego 150 g (GLUTEN, SELER) Fasolka szparagowa gotowana 150 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Pasta z makreli wędzonej i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, GORCZY, SEZAM) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 727,4 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 419,7 Sól [g] 11,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Glukoza [g] 9,6 Fruktoza [g] 10,4 Laktoza [g] 13,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 80,6 Witamina A [mg] 1 159,9 Witamina C [mg] 108,7 WW [Por] 42,2

2025-03-19 środa	Cukrzyca obrz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynek z indyka (Giż) 60 g Ogórek kiszony w plasterki 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Mozzarella mini kulki 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)</p>	<p>Kefir naturalny 1szt. 200 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Makaron pełnoziarnisty gotowany 230 g (GLUTEN) Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej 150 g (GLUTEN, SELER) Fasolka szparagowa gotowana 150 g</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, GORCZY, SEZAM) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Pomidor w ćwiartki 80 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 679,7 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 432,9 Sól [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Glukoza [g] 7,7 Fruktaza [g] 13,4 Laktoza [g] 11,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 69,8 Witamina A [mg] 1 135,9 Witamina C [mg] 100,5 WW [Por] 43,3</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynek z indyka (Giż) 60 g Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść sałaty 5 g</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej 150 g (GLUTEN, SELER) Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Makaron gotowany 230 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g</p>	<p>Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g</p>	<p>Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 461,8 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 420,7 Sól [g] 7,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Glukoza [g] 22 Fruktaza [g] 23 Laktoza [g] 10,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 102 Witamina A [mg] 1 320,7 Witamina C [mg] 236,8 WW [Por] 42,3</p>	

2025-03-20 czwartek	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Wędzonka Jana 60 g Masło roślinne 39% 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml</p>	<p>Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku z kielbasą wieprzowo-drobno wąż 180 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Kopytka na parze gotowe 300 g (GLUTEN) Sos pieczarkowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 266,2 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Sól [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Glukoza [g] 6,4 Frukttoza [g] 7,1 Laktoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 84 Witamina A [mg] 1 674,5 Witamina C [mg] 127,8 WW [Por] 30,5</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Wędlina Szykowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa 80 g Masło roślinne 39% 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku z kielbasą wieprzowo-drobno wąż 180 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g</p>	<p>Paluszki solone 1 szt</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Kopytka na parze gotowe 350 g (GLUTEN) Sos pieczarkowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 574,1 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 407,4 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Glukoza [g] 3,4 Frukttoza [g] 3,7 Laktoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 76,4 Witamina A [mg] 1 135,3 Witamina C [mg] 93,9 WW [Por] 40,8</p>

2025-03-20 czwartek	Cukrzyca obrz.	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Wędzonka Jana 60 g Masło roślinne 39% 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Fasolka po bretońsku z kiełbasą wieprzowo-drobniwą 180 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g	Maślanka 100 ml (MLEKO)	Herbata b/cukru 200 ml Kopytka na parze gotowe 300 g (GLUTEN) Sos pieczarkowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 1 978,5 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 261 Sól [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Glukoza [g] 8,4 Fruktoza [g] 12,6 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 64,3 Witamina A [mg] 1 526,6 Witamina C [mg] 136,9 WW [Por] 26,1
	Lekkostrawna obrz.	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Herbata b/cukru 200 ml Wędzonka Jana 60 g Masło roślinne 39% 20 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 200 ml	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Napój owocowy 250 g Marchew gotowana 150 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLUTEN, MLEKO) Pyzy z mięsem wieprzowym 350 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER)		Herbata b/cukru 200 ml Kopytka na parze gotowe 300 g (GLUTEN) Sos pieczarkowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 812,4 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 390,8 Sól [g] 6,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Glukoza [g] 8,2 Fruktoza [g] 8,7 Laktoza [g] 13,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 89,6 Witamina A [mg] 3 530,4 Witamina C [mg] 145,8 WW [Por] 39

2025-03-21 piątek	Podstawowa Obrzyce	Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUTEN) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek plastry 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt z musli 180g 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Śledź w śmietanie 200 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g		Salatka jarzynowa (Grześ) 120 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb bałnowoski psz-żyt 110 g (GLUTEN) Papryka świeża 80 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN)	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 854,2 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 122,1 Węglowodany ogółem [g] 341,8 Sól [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 61,4 Glukoza [g] 6,3 Fruktoza [g] 6,7 Laktoza [g] 21,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 76,5 Witamina A [mg] 1 871,6 Witamina C [mg] 187,8 WW [Por] 34,3
	Dzieci obrzyce	Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek plastry 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN)	Jogurt z musli 180g 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Paluszki rybne pieczone 100 g (GLUTEN, RYBY) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Salatka jarzynowa (Grześ) 120 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb bałnowoski psz-żyt 170 g (GLUTEN) Papryka świeża 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 833,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,6 Glukoza [g] 6,4 Fruktoza [g] 7,8 Laktoza [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 78,1 Witamina A [mg] 2 179,6 Witamina C [mg] 188,6 WW [Por] 37,3

2025-03-21 piątek	Cukrzyca obrz.	Platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek plastry 80 g Chleb razowy psz-żył 35 g (GLUTEN) Bułka grahamka 1 szt 80 g (GLUTEN)	Jogurt z musli 180g 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem brązowym 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Śledź w śmietanie 200 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY)	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt	Salatka jarzynowa (Grześ) 120 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 250 ml Papryka świeża 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 882,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 121,9 Węglowodany ogółem [g] 357,7 Sól [g] 27 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 61,2 Glukoza [g] 7,1 Fruktoza [g] 8,4 Laktoza [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 84,9 Witamina A [mg] 2 232,8 Witamina C [mg] 190,3 WW [Por] 35,7
	Lekkostrawna obrz.	Platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb pszenny 35 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Bułka pszenna 100 g (GLUTEN) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUTEN)	Jogurt z musli 180g 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Filet z ryby mintaj parowany 100 g (RYBY) Ziemniaki gotowane 230 g Napój owocowy 250 g Sos pietruszkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Buraczki gotowane z olejem 150 g	Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Pomidor 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 977,1 Białko ogółem [g] 138,3 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 424 Sól [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 60,9 Glukoza [g] 4,9 Fruktoza [g] 5,8 Laktoza [g] 25,2 Błonnik pokarmowy [g] 25 suma cukrów prostych [g] 75,3 Witamina A [mg] 1 436,6 Witamina C [mg] 97,5 WW [Por] 42,6	

2025-03-22 sobota	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1 szt Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Cwikła z chrzanem Rolnik 80 g</p>	<p>Kisiel z jabłkiem 200 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g Gulasz z wątróbki drobiowej 180 g (GLUTEN, SELER) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g</p>		<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Pomidor 80 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza 20 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt 200 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 6 151,6 Białko ogółem [g] 266,4 Tłuszcz [g] 123,2 Węglowodany ogółem [g] 1 098,6 Sól [g] 105,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Glukoza [g] 225,1 Fruktoza [g] 286,1 Laktoza [g] 13,4 Błonnik pokarmowy [g] 254,6 suma cukrów prostych [g] 616,8 Witamina A [mg] 31 606,1 Witamina C [mg] 3 425,9 WW [Por] 113,9</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Cwikła z chrzanem Rolnik 80 g Ketchup saszetka 1 szt</p>	<p>Kisiel z jabłkiem 200 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Napój owocowy 250 g Gulasz z wątróbki drobiowej 180 g (GLUTEN, SELER)</p>	<p>Deser sojowy ALPRO 1 szt</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Pomidor 80 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza 20 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt 200 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 6 251,5 Białko ogółem [g] 267,8 Tłuszcz [g] 121,7 Węglowodany ogółem [g] 1 121,8 Sól [g] 106,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,8 Glukoza [g] 225,1 Fruktoza [g] 286,1 Laktoza [g] 13,4 Błonnik pokarmowy [g] 256,9 suma cukrów prostych [g] 617 Witamina A [mg] 31 605,5 Witamina C [mg] 3 425,9 WW [Por] 116,2</p>

2025-03-22 sobota	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1 szt Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Cwikła z chrzanem Rolnik 80 g</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g Gulasz z wątróbki drobiowej 180 g (GLUTEN, SELER)</p>	<p>Kiwi 1 szt 75 g</p>	<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza 20 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt 200 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 6 164,2 Białko ogółem [g] 258,4 Tłuszcz [g] 121,3 Węglowodany ogółem [g] 1 123,8 Sól [g] 104,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Glukoza [g] 228,7 Fruktoza [g] 289,2 Laktoza [g] 13,4 Błonnik pokarmowy [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 618,2 Witamina A [mg] 31 611,2 Witamina C [mg] 3 475,5 WW [Por] 116,4</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1 szt Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść sałaty 20 g</p>	<p>Kisiel z jabłkiem 200 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Napój owocowy 250 g Ziemniaki gotowane 230 g Gulasz z wątróbki drobiowej 180 g (GLUTEN, SELER)</p>		<p>Pasta z makreli wędzonej, twarogu i szczypiorku 80 g (JAJA, RYBY, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Pomidor 80 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza 20 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt 200 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 6 152,6 Białko ogółem [g] 269,8 Tłuszcz [g] 123,8 Węglowodany ogółem [g] 1 098,8 Sól [g] 105,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,9 Glukoza [g] 225,8 Fruktoza [g] 286 Laktoza [g] 13,9 Błonnik pokarmowy [g] 246,5 suma cukrów prostych [g] 611,2 Witamina A [mg] 31 645,3 Witamina C [mg] 3 425,1 WW [Por] 113,8</p>

2025-03-23 niedziela	Podstawowa Obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Pasztet z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Jajko gotowane 50 g (JAJA) Liść sałaty 5 g Ogórek plastry 80 g</p>	Banan 150 g	<p>Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>		<p>Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Dżem truskawkowy 1szt 25 g Papryka świeża 80 g</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 747,9 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 366,6 Sól [g] 10,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4 Glukoza [g] 19,9 Fruktoza [g] 20,6 Laktoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 112,6 Witamina A [mg] 1 936,5 Witamina C [mg] 193,6 WW [Por] 36,9</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Pasztet z żurawiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Jajko gotowane 50 g (JAJA) Ogórek plastry 80 g Liść sałaty 5 g</p>	Banan 150 g	<p>Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Dżem truskawkowy 1szt 25 g Papryka świeża 80 g</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 010,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 400 Sól [g] 12 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,8 Glukoza [g] 19,9 Fruktoza [g] 20,6 Laktoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 113,2 Witamina A [mg] 2 072,7 Witamina C [mg] 194 WW [Por] 40,2</p>

2025-03-23 niedziela	Cukrzyca obrz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Pasztet z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Jajko gotowane 50 g (JAJA) Ogórek plastry 80 g Liść salaty 5 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN)</p>	Banan 150 g	<p>Rosół z makaronem razowym 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>	Jogurt naturalny 150 g (MLEKO)	<p>Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Papryka świeża 80 g</p>	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 701,5 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 366,5 Sól [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Glukoza [g] 8 Fruktoza [g] 8,8 Laktoza [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 71,8 Witamina A [mg] 1 723,8 Witamina C [mg] 180,1 WW [Por] 36,7</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Pasztet z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Jajko gotowane 50 g (JAJA) Pomidor 80 g</p>	Banan 150 g	<p>Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (GLUTEN, MLEKO)</p>		<p>Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Dżem truskawkowy 1szt 25 g Pomidor 80 g</p>	Serek homogenizowany waniliowy 1szt. 100 g (MLEKO)	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 815,9 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 383,4 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Glukoza [g] 19,6 Fruktoza [g] 20,7 Laktoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 110,9 Witamina A [mg] 1 676,4 Witamina C [mg] 103,9 WW [Por] 38,4</p>

Oznaczenia alergenów:

*GLUTEN - Zboża zawierające gluten ,
SKOR - Skorupiaki i pochodne,
JAJA - Jaja i pochodne,
RYBY - Ryby i pochodne,
ORZESZEK - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJA - Soja i pochodne,
MLEKO - Mleko i pochodne,
ORZECHY - Orzechy,
SELER - Seler i pochodne,
GORCZY - Gorczyca i pochodne,
SEZAM - Nasiona sezamu i pochodne,
SIARKA - Dwutlenek siarki, siarczyny,
ŁUBIN - Łubin i pochodne,
MIĘCZAK - Mięczaki i pochodne,*