

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Majonez 20 g Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ) Pomidory bez skórki 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory bez skórki 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ) Pomidory bez skórki 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/ser żółty 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				Jabłko 150 g	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryba panierowana (smażona) 70 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 100 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryba (parowana) 70 g Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryba (parowana) 70 g Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g Kompot b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryba (parowana) 70 g Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw 100 g Kompot 250 ml				
	Podwieczorek			Jogurt naturalny 1szt 1 szt				Jogurt owocowy 100 g	
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Sałata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Sałata listki 10 g				Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Sałata listki 10 g
	Posiłek nocny			Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)					

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Ketchup 20 g (GLU) Ogórek kiszony w plastrach 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Ogórek kiszony w plastrach 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Pomidory bez skórki 50 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidory bez skórki 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Ketchup 20 g (GLU) Ogórek kiszony w plastrach 50 g
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/jajko 50g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				Biszkopty 30 g (GLU)
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami (zabielana) 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Gołąbek bez zawijania (parowany) 90 g (JAJ) Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera 100 g (SEL) Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (zabielana) 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Gołąbek bez zawijania (bez kapusty) 90 g (JAJ) Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera 100 g (SEL) Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (zabielana) 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Gołąbek bez zawijania (parowany) 90 g (JAJ) Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera 100 g (SEL) Kompot b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami (zabielana) 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Gołąbek bez zawijania (bez kapusty) 90 g (JAJ) Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera - drobna 100 g (SEL) Kompot 250 ml			Zupa szpinakowa z ziemniakami (zabielana) 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Gołąbek bez zawijania (parowany) 90 g (JAJ) Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z selera 100 g (SEL) Kompot 250 ml
	Podwieczorek			Kisiel z jabłkiem b/c 150 ml				Kisiel z jabłkiem 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g			Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g
	Posiłek nocny			Kanapka (chleb raz/twaróg 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobową	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Ser topiony 50 g Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Ser topiony 50 g Pomidory 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidory bez skórki 50 g			Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidory 50 g
	2. śniadanie	Kanaпка (chleb raz/wędlina 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)						Pomarańcza 1/2szt 120 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Udko (opiekane) 170 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z jogurtem 50 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Udko (opiekane) 170 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z jogurtem 50 g Kompot b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Udko (gotowane) 170 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z jogurtem 50 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Udko (gotowane) 170 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z jogurtem 50 g Kompot 250 ml			Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Udko (opiekane) 170 g Ziemniaki gotowane 200 g Sałata z jogurtem 50 g Kompot 250 ml
	Podwieczorek	Budyń na mleku b/c 150 g						Budyń na mleku 150 g
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana 50 g (SEL, GOR) Jabłko 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana 50 g (SEL, GOR) Jabłko 50 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana 50 g (SEL, GOR) Jabłko 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana 50 g (SEL, GOR) Jabłko (gotowane) 150 g			Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana 50 g (SEL, GOR) Jabłko 50 g
	Posiłek nocny	Kanaпка (chleb raz/twaróg 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)						

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Herbata 250 g Kasza manna na mleku 300 g (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kiełbasa żywiecka 50 g (GLU) Pomidory 50 g	Herbata 250 g Kasza manna na mleku 300 g (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szyunka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidory 50 g	Herbata b/c 250 g Kasza manna na mleku 300 g (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szyunka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidory 50 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szyunka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidory bez skórki 50 g			Herbata 250 g Kasza manna na mleku 300 g (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szyunka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Pomidory 50 g
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/jajko 50g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				Ciastka kruche 30 g (GLU, MLE)	
	Obiad	Zupa krupnik 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Kotlet pożarski (smażony) 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem i jogurtem 100 g Kompot 250 ml	Zupa krupnik 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet dr. (parowany) 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem i jogurtem 100 g Kompot 250 ml	Zupa krupnik 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet dr. (parowany) 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem i jogurtem 100 g Kompot b/c 250 ml		Zupa krupnik 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet dr. (parowany) 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (drobna) 100 g Kompot 250 ml			Zupa krupnik 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet dr. (parowany) 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z marchewki z jabłkiem i jogurtem 100 g Kompot 250 ml
	Podwieczorek			Galaretka owocowa b/c 150 ml					Galaretka owocowa 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ) Szyunka konserwowa 30 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Salata listki 10 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa (lekkostrawna) 100 g (JAJ) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa (lekkostrawna) 100 g (JAJ) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa (lekkostrawna) 100 g (JAJ) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g			Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa (lekkostrawna) 100 g (JAJ) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g
	Posilek nocny			Kanapka (chleb raz/ser żółty 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)					

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Ser żółty 50 g Ogórek kiszony w plastrach 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g			Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)				Banan 1/2szt 60 g	
	Obiad	Zupa dyniowa z makaronem zabelana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Gulasz wieprzowy 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki tarkowane z cebulką 100 g Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem zabelana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Potrawka z kurczaka 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki tarkowane 100 g Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem zabelana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Potrawka z kurczaka 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki tarkowane 100 g Kompot b/c 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem zabelana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Potrawka z kurczaka 150 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki tarkowane 100 g Kompot 250 ml				
	Podwieczorek			Kisiel b/c 150 ml					Kisiel 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Jabłko 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Jabłko 50 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Jabłko 50 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Jabłko (gotowane) 50 g			Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Jabłko 50 g
	Posilek nocny			Kanapka (chleb raz/jajko 50g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)					

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-06 środa	Śniadanie	Herbata 250 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasztet 50 g (GLU, SOJ) Salata listki 10 g	Herbata 250 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połudwica miodowa 50 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połudwica miodowa 50 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połudwica miodowa 50 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g			Herbata 250 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połudwica miodowa 50 g (GLU, GOR) Salata listki 10 g	
	2. śniadanie							Jabłko 150 g	
	Obiad	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Spaghetti bolognese 300 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Spaghetti bolognese z makaronem razowym 300 g (GLU, JAJ, SOJ) Kompot b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Spaghetti bolognese 300 g Kompot 250 ml					
	Podwieczorek				Jogurt naturalny 1szt 1 szt				Jogurt owocowy 100 g
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidory 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidory 50 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidory 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidory bez skórki 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidory bez skórki 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidory bez skórki 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidory 50 g	
	Posiłek nocny				Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)				

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-07 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica sopočka 50 g (GOR, SO2) Rzodkiewka 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica sopočka 50 g (GOR, SO2) Pomidory 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica sopočka 50 g (GOR, SO2) Pomidory 50 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica sopočka 50 g (GOR, SO2) Pomidory bez skórki 50 g			Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica sopočka 50 g (GOR, SO2) Pomidory 50 g
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/jajko 50g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				Biszkopty 30 g (GLU)	
	Obiad	Zupa brokułowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Kotlet mielony (smażony) 90 g (GLU, JAJ, SEZ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew z groszkiem 100 g (GLU) Kompot 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet wp. (parowany) 90 g (GLU, JAJ, SEZ) Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana 100 g Kompot 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet wp. (parowany) 90 g (GLU, JAJ, SEZ) Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana 100 g Kompot b/c 250 ml		Zupa brokułowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Pulpet wp. (parowany) 90 g (GLU, JAJ, SEZ) Sos koperkowy 60 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana 100 g Kompot 250 ml			
	Podwieczorek			Kisiel z jabłkiem b/c 150 ml					Kisiel z jabłkiem 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta z białej fasoli 50 g Sałata listki 10 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Sałata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Sałata listki 10 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Sałata listki 10 g			Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna drobiowa 50 g (JAJ) Sałata listki 10 g
	Posiłek nocny			Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)					

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca		
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Herbata 250 g Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Majonez 20 g Pomidory 50 g	Herbata 250 g Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Herbata b/c 250 g Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 50 g (JAJ) Pomidory bez skórki 50 g				Herbata 250 g Makaron na mleku 300 ml (GLU, JAJ) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Jajko na twardo 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	
	2. śniadanie				Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)				Pomarańcza 1/2szt 120 g	
	Obiad	Zupa fasolowa z fasolki szparagowej 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g Kompot 250 ml	Zupa fasolowa z fasolki szparagowej 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem b/c 300 g Kompot b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g Kompot 250 ml					Zupa fasolowa z fasolki szparagowej 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g Kompot 250 ml	
	Podwieczorek				Budyń na mleku b/c 150 g					Budyń na mleku 150 g
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Dżem 30 g Salata listki 10 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Dżem 30 g Salata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Dżem 30 g Salata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Salata listki 10 g				Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Twaróg kostka 50 g (MLE) Dżem 30 g Salata listki 10 g
	Posiłek nocny				Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)					

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.23.11.3, tj. od dnia 2023-12-01 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA OGÓLNA									
		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Jabłko 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Jabłko 50 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Jabłko 50 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (gotowane) 50 g			Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU) Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ) Jabłko 50 g	
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/twaróg 30g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)				Ciastka kruche 30 g (GLU, MLE)	
	Obiad	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Rolada z kurczakiem i pietruszką 90 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SEZ, SO2) Sos własny 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Rolada z kurczakiem z marchewką i pietruszką 90 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SEZ, SO2) Sos własny 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Rolada z kurczakiem z marchewką i pietruszką 90 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SEZ, SO2) Sos własny 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot b/c 250 ml	Zupa koperkowa 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SO2) Rolada z kurczakiem z marchewką i pietruszką 90 g (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, GOR, SEZ, SO2) Sos własny 60 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 250 ml				
	Podwieczorek			Galaretka owocowa b/c 150 ml					Galaretka owocowa 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Paszтет 50 g (GLU, SOJ) Ogórek kiszony w plastrach 50 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salata listki 10 g	Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salata listki 10 g				Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka z indyka 50 g (JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Salata listki 10 g
	Posiłek nocny			Kanapka (chleb raz/jajko 50g + salata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)					

		Podstawowa	Lekkostrawna	Cukrzycowa	Wątrobowa	Wrzodowa	Trzustkowa	Dziecięca	
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Herbata 250 g Ryż na mleku 300 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Herbata 250 g Ryż na mleku 300 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ) Pomidory 50 g	Herbata b/c 250 g Ryż na mleku 300 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ) Pomidory 50 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ) Pomidory bez skórki 50 g			Herbata 250 g Ryż na mleku 300 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ) Pomidory 50 g
	2. śniadanie			Kanapka (chleb raz/wędlina 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ)				Banan 1/2szt 60 g	
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Filet z kurczaka w panierce (smażony) 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Colesław 100 g Kompot 250 ml	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Filet z kurczaka (gotowany) 90 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuły 100 g Kompot 250 ml	Zupa rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Filet z kurczaka (gotowany) 90 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuły 100 g Kompot b/c 250 ml		Zupa rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SO2) Filet z kurczaka (gotowany) 90 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuły 100 g Kompot 250 ml			
	Podwieczorek			Kisiel b/c 150 ml					Kisiel 150 ml
	Kolacja	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Chleb razowy 30 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Sałata listki 10 g Ketchup 15 g (GLU)	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Sałata listki 10 g	Herbata b/c 250 g Chleb razowy 100 g (JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Sałata listki 10 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Sałata listki 10 g		Herbata 250 g Bułka paryska 100 g (GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, GOR) Sałata listki 10 g	Herbata 250 g Chleb zwykły (pszenno - żytni) 100 g (GLU, SEZ) Masło 10 g (MLE) Parówka 70 g (GLU, SOJ) Sałata listki 10 g Ketchup 15 g (GLU)
	Posiłek nocny			Kanapka (chleb raz/ser żółty 30g + sałata) 65 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEZ)					

FUDEKO S.A.

Spokojna 4, 81-549, Gdynia

Oznaczenia wskaźników odż.:

- *Energia ,*
- *Białko ogółem,*
- *Tłuszcz,*
- *Węglowodany ogółem,*
- *Witamina C,*
- *Błonnik pokarmowy,*
- *WW,*