

	CH- SŚ Podstawowa	CH- SŚ Łatwo strawna	CH- SŚ Cukrzycowa	CH- SŚ- Położnicza podstawowa	CH- SŚ- Położnicza lekkostrawna	CH- SŚ- Położnicza cukrzycowa	
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Paszтет drobiowy z kurzej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p> <p>Pomidor 80 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Paszтет drobiowy z kurzej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Twarożek 50 g (MLE.)</p>
	II ŚN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)					
Obiad	<p>Ogórkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 100 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 100 g</p> <p>Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	<p>Ogórkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	<p>Ogórkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Kotlet drobiowy panierowany 100 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	<p>Ogórkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 100 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	<p>Ogórkowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 100 g</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 120 g</p>	
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Ser topiony 50 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Papryka świeża 100 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.)</p> <p>Papryka świeża 100 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Ser topiony 50 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Papryka świeża 100 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 2 szt</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.)</p> <p>Papryka świeża 100 g</p>	
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						
	E: 2353.59 kcal; B: 92.89 g; T: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; W: 350.01 g; W tym cukry: 103.70 g; Bł.: 33.41 g; Sól: 6.58 g;	E: 2089.59 kcal; B: 101.69 g; T: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; W: 332.41 g; W tym cukry: 97.66 g; Bł.: 21.90 g; Sól: 6.27 g;	E: 1584.78 kcal; B: 92.90 g; T: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 240.46 g; W tym cukry: 45.96 g; Bł.: 32.02 g; Sól: 5.36 g;	E: 2353.59 kcal; B: 92.89 g; T: 69.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.11 g; W: 350.01 g; W tym cukry: 103.70 g; Bł.: 33.41 g; Sól: 6.58 g;	E: 2089.59 kcal; B: 101.69 g; T: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; W: 332.41 g; W tym cukry: 97.66 g; Bł.: 21.90 g; Sól: 6.27 g;	E: 1703.78 kcal; B: 94.30 g; T: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; W: 269.31 g; W tym cukry: 69.81 g; Bł.: 32.42 g; Sól: 5.36 g;	