

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Sniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Mus z jabłek() z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Dymia z wody 50 g	
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem* 300 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Iłus z jabłek() z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> )	Brokułowa z ryżem (bez mleka) (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki 150 g Fasolka szparagowa z wody* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kluski leniwe z serem* 300 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek() z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/g 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/g 120 g ( <b>JAJ, SEL.</b> ) Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Papryka świeża 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <b>MLE.</b> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <b>SEL.</b> )	
	E: 2033.43 kcal; B: 67.37 g; T: 71.48 g; W: 295.28 g;	E: 2190.93 kcal; B: 73.67 g; T: 59.67 g; W: 345.84 g;	E: 2602.95 kcal; B: 114.24 g; T: 89.04 g; W: 349.01 g;	E: 2410.50 kcal; B: 115.01 g; T: 76.45 g; W: 341.97 g;	E: 2372.77 kcal; B: 98.47 g; T: 64.43 g; W: 355.54 g;	E: 2044.38 kcal; B: 71.27 g; T: 70.34 g; W: 298.00 g;	E: 2106.80 kcal; B: 97.49 g; T: 57.65 g; W: 312.26 g;	E: 2514.09 kcal; B: 114.80 g; T: 73.13 g; W: 363.71 g;	E: 2040.41 kcal; B: 78.00 g; T: 67.76 g; W: 286.72 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięsna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzycza lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z brzoskwiń 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Brokół gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kolej schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Kopytka ziemniaczane* 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Dymna z wody 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona b/glutenu 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki 150 g Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (SEL.) Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Mielona Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
	E: 2225.94 kcal; B: 99.83 g; T: 73.15 g; W: 302.72 g;	E: 2398.96 kcal; B: 107.22 g; T: 68.39 g; W: 344.72 g;	E: 2872.09 kcal; B: 117.67 g; T: 95.79 g; W: 390.80 g;	E: 2669.33 kcal; B: 148.00 g; T: 82.19 g; W: 351.55 g;	E: 2544.01 kcal; B: 133.84 g; T: 72.85 g; W: 345.03 g;	E: 2380.43 kcal; B: 82.65 g; T: 89.02 g; W: 323.65 g;	E: 2438.86 kcal; B: 115.99 g; T: 63.21 g; W: 360.43 g;	E: 2794.47 kcal; B: 145.67 g; T: 80.37 g; W: 381.46 g;	E: 2075.80 kcal; B: 81.10 g; T: 65.61 g; W: 291.47 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane ki M 2 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II Szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Schab gotowany plastry 30 g Dymia z wody 50 g	
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 150 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 150 g Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 150 g Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 90 g Buraczki gotowane 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Placki ziemniaczane 3 szt 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Zrazik drobiowy z udźcą gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ziemniaki 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Jabłko 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka plastry 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Filet z kurczaka plastry 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Jabłko 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka plastry 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynek tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.)	
	E: 2163.80 kcal; B: 76.32 g; T: 65.15 g; W: 333.56 g;	E: 2085.63 kcal; B: 82.12 g; T: 50.65 g; W: 336.62 g;	E: 2593.32 kcal; B: 104.49 g; T: 75.66 g; W: 386.36 g;	E: 2579.48 kcal; B: 111.04 g; T: 83.38 g; W: 372.74 g;	E: 2316.83 kcal; B: 113.16 g; T: 61.87 g; W: 337.90 g;	E: 2440.10 kcal; B: 65.40 g; T: 96.12 g; W: 344.37 g;	E: 2393.05 kcal; B: 104.46 g; T: 54.27 g; W: 384.53 g;	E: 2501.40 kcal; B: 115.19 g; T: 64.47 g; W: 377.37 g;	E: 2010.88 kcal; B: 79.98 g; T: 63.07 g; W: 286.14 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400 ml ( <b>SOJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sjojowym 400 ml ( <b>SOJ</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Hummus z ciecierzycy 50 g Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <b>SEL</b> )	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 60 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 90 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ryz na sypko 150 g Leczo z drobiem-dieta * Onkologia 200 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g	Pomidor 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Buraczki gotowane 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka jarzynowa* 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>SEL</b> ) Salatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa* 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) mielona Schab gotowany 50 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczak 50 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Schab gotowany 30 g Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Schab gotowany 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
	E: 2087.36 kcal; B: 72.55 g; T: 66.00 g; W: 315.05 g;	E: 1999.36 kcal; B: 73.76 g; T: 53.91 g; W: 314.19 g;	E: 2601.77 kcal; B: 95.55 g; T: 90.46 g; W: 361.63 g;	E: 2476.52 kcal; B: 106.96 g; T: 71.00 g; W: 374.45 g;	E: 2256.11 kcal; B: 103.48 g; T: 64.91 g; W: 323.79 g;	E: 2325.91 kcal; B: 73.82 g; T: 82.60 g; W: 332.87 g;	E: 2379.14 kcal; B: 111.18 g; T: 60.96 g; W: 356.63 g;	E: 2524.02 kcal; B: 113.50 g; T: 63.22 g; W: 388.58 g;	E: 2048.66 kcal; B: 74.15 g; T: 68.50 g; W: 286.92 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
Strzeżenie	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Mielona Schab gotowany 30 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50 g Szyunka z liściem wiewrzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	
	II Szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 30 g Ogórek kiszony 50 g					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Schab gotowany plasterki 30 g Buraczki plasterki 50 g	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba smażona (Miruna) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba smażona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba smażona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) * 400 ml ( <u>SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu, bez mleka) 80 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Sliwka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Sliwka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN				Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szyunka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szyunka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Marchew gotowana z olejem* 50 g		
	E: 2219.44 kcal; B: 96.26 g; T: 67.05 g; W: 320.58 g;	E: 2110.60 kcal; B: 93.01 g; T: 61.98 g; W: 304.32 g;	E: 2642.76 kcal; B: 115.24 g; T: 91.52 g; W: 349.19 g;	E: 2391.06 kcal; B: 127.67 g; T: 69.02 g; W: 337.42 g;	E: 2287.36 kcal; B: 127.41 g; T: 66.25 g; W: 304.48 g;	E: 2249.40 kcal; B: 95.03 g; T: 71.15 g; W: 320.22 g;	E: 2327.18 kcal; B: 106.94 g; T: 64.25 g; W: 339.63 g;	E: 2556.89 kcal; B: 127.38 g; T: 73.55 g; W: 359.98 g;	E: 2015.65 kcal; B: 87.02 g; T: 66.14 g; W: 271.10 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2023-10-21 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 30 g Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SOJ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL</u> )		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza gryczana 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g ( <u>GOR</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza gryczana 150 g Buraczki gotowane 60 g Salatka szwedzka z olejem b/c 90 g ( <u>GOR</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza gryczana 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g ( <u>GOR</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Kasza gryczana 150 g Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g ( <u>GOR</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Ziemniaki 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Słupki z marchewki 50 g					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
	E: 2292.73 kcal; B: 103.50 g; T: 77.11 g; W: 312.18 g;	E: 2178.01 kcal; B: 89.68 g; T: 60.87 g; W: 329.08 g;	E: 2690.81 kcal; B: 121.62 g; T: 91.70 g; W: 356.69 g;	E: 2480.34 kcal; B: 129.84 g; T: 75.63 g; W: 345.08 g;	E: 2376.71 kcal; B: 109.10 g; T: 69.98 g; W: 338.68 g;	E: 2331.69 kcal; B: 73.25 g; T: 91.96 g; W: 314.75 g;	E: 2290.71 kcal; B: 105.92 g; T: 55.72 g; W: 354.22 g;	E: 2603.37 kcal; B: 126.82 g; T: 75.04 g; W: 370.32 g;	E: 2103.93 kcal; B: 88.90 g; T: 69.38 g; W: 286.41 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2023-10-22 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany mielona 50 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g (SOJ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Buraczaki 50 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 150 g (JAJ, GOR) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kluski śląskie* 150 g (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 150 g Surówka Coleslaw (bez mleka) 90 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) 150 g (JAJ, GOR) Ziemniaki 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Ziemniaki puree 150 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Słupki z marchewki 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ SEL) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Mus z banana 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Kukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 30 g Rozdkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 30 g Dynia z wody 50 g			
	E: 2312.48 kcal; B: 101.29 g; T: 74.72 g; W: 324.07 g;	E: 2257.40 kcal; B: 102.38 g; T: 67.78 g; W: 317.68 g;	E: 2914.50 kcal; B: 123.41 g; T: 103.96 g; W: 379.72 g;	E: 2591.26 kcal; B: 131.72 g; T: 93.61 g; W: 327.39 g;	E: 2444.61 kcal; B: 137.72 g; T: 71.71 g; W: 318.32 g;	E: 2276.32 kcal; B: 83.78 g; T: 68.75 g; W: 341.74 g;	E: 2357.89 kcal; B: 121.81 g; T: 61.34 g; W: 336.34 g;	E: 2704.51 kcal; B: 135.44 g; T: 91.81 g; W: 343.79 g;	E: 2154.27 kcal; B: 93.35 g; T: 68.19 g; W: 293.69 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Sniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Słupki z marchewki 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 30 g	Pomidor 50 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 30 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osł.niejad 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g	
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Naleśniki z serem. 2 szt 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Ilus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos majerankowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos majerankowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Naleśniki z serem. 2 szt 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos majerankowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 150 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos majerankowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ</u> ) Ryż na sypko 150 g Sos majerankowy* (bez glutenu) 80 ml ( <u>SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna półtłusta 15g 1 szt Schab gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
	E: 2402.06 kcal; B: 85.33 g; T: 66.44 g; W: 377.43 g;	E: 2135.02 kcal; B: 67.30 g; T: 51.30 g; W: 359.16 g;	E: 2721.60 kcal; B: 100.86 g; T: 88.49 g; W: 390.04 g;	E: 2454.65 kcal; B: 114.45 g; T: 71.04 g; W: 361.87 g;	E: 2371.77 kcal; B: 106.08 g; T: 60.23 g; W: 359.46 g;	E: 2618.61 kcal; B: 90.04 g; T: 80.94 g; W: 392.96 g;	E: 2361.57 kcal; B: 101.52 g; T: 62.06 g; W: 360.28 g;	E: 2552.01 kcal; B: 112.91 g; T: 70.51 g; W: 377.20 g;	E: 2180.85 kcal; B: 81.17 g; T: 72.00 g; W: 304.17 g;



	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob., 30 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob., 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob., 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Serek a/ta homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> , ...) Mus z jabłek () z/c 150 g ( <u>MLE</u> , ...) Jabłko pieczone 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmieńne na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , ...) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ...) Serek a/ta homogenizowany 60 g ( <u>MLE</u> , ...) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> , ...) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , ...) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Szyńka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Szyńka szkolna- wp. parzona 30 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ...) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
Obiad	Jarzynowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki 150 g Surówka wykwinina z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kopytka ziemniaczane* 150 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , ...) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Kasza gryczana 150 g Marchew gotowana z olejem* 60 g Surówka wykwinina z olejem b/c 90 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Surówka wykwinina z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , ...) Pierogi ukraińskie* z masłem 300 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Surówka wykwinina z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , ...) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> , ...) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , ...) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , ...) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ...) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ...) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ...) Buraczki plastry 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rzdokiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> , ...) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rzdokiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> , ...) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , ...) Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Salata z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , ...) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Mielona Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , ...) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , ...)	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> , ...) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , ...) Filet z kurczaka gotowany 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL</u> , ...)	
	E: 2205.22 kcal; B: 105.42 g; T: 68.42 g; W: 306.67 g;	E: 2130.63 kcal; B: 102.02 g; T: 59.55 g; W: 308.14 g;	E: 2659.07 kcal; B: 109.12 g; T: 89.06 g; W: 364.12 g;	E: 2612.45 kcal; B: 139.08 g; T: 85.22 g; W: 347.78 g;	E: 2348.14 kcal; B: 133.26 g; T: 69.80 g; W: 307.18 g;	E: 2678.13 kcal; B: 90.45 g; T: 101.41 g; W: 362.98 g;	E: 2322.65 kcal; B: 109.07 g; T: 63.15 g; W: 342.48 g;	E: 2554.46 kcal; B: 134.85 g; T: 70.39 g; W: 359.57 g;	E: 2013.86 kcal; B: 89.06 g; T: 55.20 g; W: 296.17 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody.w.osl.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastry 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II Szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 50 g	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 150 g Cukinia pieczona z olejem* 60 g Surówka z marchwi z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu* 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <b>MLE.</b> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g Dymna z wody 50 g	
	E: 2108.36 kcal; B: 90.53 g; T: 66.82 g; W: 302.01 g;	E: 2136.83 kcal; B: 83.00 g; T: 56.94 g; W: 332.96 g;	E: 2766.26 kcal; B: 112.73 g; T: 89.60 g; W: 388.32 g;	E: 2538.29 kcal; B: 122.80 g; T: 80.52 g; W: 357.28 g;	E: 2318.03 kcal; B: 107.84 g; T: 61.46 g; W: 342.94 g;	E: 2164.41 kcal; B: 74.09 g; T: 71.69 g; W: 317.15 g;	E: 2311.49 kcal; B: 102.95 g; T: 60.42 g; W: 349.13 g;	E: 2542.84 kcal; B: 114.35 g; T: 69.29 g; W: 379.29 g;	E: 2072.62 kcal; B: 79.45 g; T: 61.61 g; W: 303.29 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Słupki z marchewki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) mielona Filet z kurczaka gotowany 30 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jagłana na napoju sojowym 400 ml (SOJ_) Chleb bezglutenowy 110 g (SOJ_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II SNI		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Twaróg półtłusty 50 g (MLE_) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Twaróg półtłusty 50 g (MLE_) Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ_) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ_) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Makaron peizoziamisty 150 g Brokuł gotowany* 60 g Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ_) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Makaron wegetariański 300 g (GLU PSZ_) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem (l) b/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, PSZ_) Ziemniaki puree 150 g (MLE_) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 150 g (GLU PSZ, SEL_) Makaron Spaghetti 150 g (GLU PSZ_) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL_) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_) Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ_) Dymna z wody 50 g		
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Pasztet z fasoli* 70 g (JAJ_) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Twarożek 100 g (MLE_) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastry 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Pasztet z fasoli* 70 g (JAJ_) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Schab gotowany plastry 50 g Twarożek 100 g (MLE_) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Pasztet z fasoli* 70 g (JAJ_) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) mielona Schab gotowany 50 g (GLU PSZ_) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 15 g (MLE_) Twarożek 100 g (MLE_) Marchew gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastry 50 g Mus z jabłek (l) z/c 150 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Szynka Piastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ_) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE_)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Szynka Piastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ_) Buraczki plastry 50 g			
	E: 2163.72 kcal; B: 69.95 g; T: 71.50 g; W: 326.18 g;	E: 2255.65 kcal; B: 84.24 g; T: 63.54 g; W: 344.40 g;	E: 2583.27 kcal; B: 104.03 g; T: 85.41 g; W: 360.23 g;	E: 2489.73 kcal; B: 103.74 g; T: 77.22 g; W: 369.29 g;	E: 2527.13 kcal; B: 116.82 g; T: 78.68 g; W: 345.62 g;	E: 2156.91 kcal; B: 68.29 g; T: 64.70 g; W: 341.29 g;	E: 2344.67 kcal; B: 107.50 g; T: 58.36 g; W: 357.09 g;	E: 2490.86 kcal; B: 112.09 g; T: 67.70 g; W: 370.38 g;	E: 2155.69 kcal; B: 84.53 g; T: 67.86 g; W: 307.34 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Sniadanie	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko pieczone 200 g Gruszka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Schab gotowany 30 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ JAJ MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szyunkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastery 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plastery 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Schab gotowany 60 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Schab gotowany 60 g Dymia z wody 50 g	
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 60 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>MLE SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki puree 150 g ( <u>MLE</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <u>MLE</u> )				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> ) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany plastery 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL GLU JECZ</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ MLE</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Szyunka z liściem wiewprzowa z dodatkiem wody i białek mleka wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ MLE GLU OW</u> ) Słupki z marchewki 50 g					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ GLU ŻYT</u> ) Szyunka z liściem wiewprzowa z dodatkiem wody i białek mleka wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ MLE GLU OW</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g ( <u>SEL</u> )	
	E: 2137.39 kcal; B: 90.44 g; T: 64.35 g; W: 313.01 g;	E: 2153.98 kcal; B: 90.06 g; T: 61.14 g; W: 322.16 g;	E: 2654.69 kcal; B: 115.64 g; T: 87.16 g; W: 364.24 g;	E: 2484.16 kcal; B: 135.94 g; T: 71.70 g; W: 347.42 g;	E: 2334.36 kcal; B: 115.46 g; T: 65.57 g; W: 331.75 g;	E: 2226.94 kcal; B: 101.25 g; T: 67.79 g; W: 316.42 g;	E: 2418.03 kcal; B: 104.69 g; T: 63.35 g; W: 369.74 g;	E: 2633.17 kcal; B: 136.94 g; T: 71.76 g; W: 372.81 g;	E: 2160.57 kcal; B: 84.78 g; T: 67.25 g; W: 309.24 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzycza lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasterki 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany plasterki 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany plasterki 50 g Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany plasterki 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Cukier 25 g	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Bukiet jęczmieniowy gotowany z olejem* 50 g (SEL.)	
Obiad	Koperkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryz na sypko 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryz na sypko 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 90 g (SEL.) Buraczki gotowane 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryz na sypko 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Gulasz sojowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Gulasz sojowy z warzywami* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU PSZ.) Ryz na sypko 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml Ryz na sypko 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasterki 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.)					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany plasterki 30 g Dymna z wody 50 g	
	E: 2214.02 kcal; B: 96.47 g; T: 72.74 g; W: 306.50 g;	E: 2292.16 kcal; B: 96.60 g; T: 67.16 g; W: 335.83 g;	E: 2867.70 kcal; B: 130.40 g; T: 93.98 g; W: 387.18 g;	E: 2714.70 kcal; B: 144.55 g; T: 88.40 g; W: 358.58 g;	E: 2530.86 kcal; B: 128.02 g; T: 77.77 g; W: 339.83 g;	E: 2266.73 kcal; B: 85.18 g; T: 68.02 g; W: 341.78 g;	E: 2405.05 kcal; B: 110.15 g; T: 55.22 g; W: 380.38 g;	E: 2697.54 kcal; B: 133.06 g; T: 77.16 g; W: 379.56 g;	E: 2281.26 kcal; B: 97.73 g; T: 73.44 g; W: 312.07 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięsna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztecik sojowy z pomidorami 100 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) mielona Schab gotowany 60 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II Szt			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Ogórek kiszony 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g Brokuł gotowany* 50 g		
Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane* 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem b/c 90 g ( <b>SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Jajko sadzone kl M 2 szt ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki puree 150 g ( <b>MLE.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany plasty 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 200 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mus z banana 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 100 g ( <b>MLE.</b> ) Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Buraczki gotowane kostka 50 g		
	E: 2319.70 kcal; B: 95.69 g; T: 77.27 g; W: 326.04 g;	E: 2302.15 kcal; B: 97.44 g; T: 63.25 g; W: 345.52 g;	E: 2896.40 kcal; B: 125.53 g; T: 89.87 g; W: 404.52 g;	E: 2503.91 kcal; B: 127.22 g; T: 83.74 g; W: 336.17 g;	E: 2517.10 kcal; B: 124.52 g; T: 70.82 g; W: 354.93 g;	E: 2369.83 kcal; B: 77.47 g; T: 89.20 g; W: 326.78 g;	E: 2427.48 kcal; B: 116.31 g; T: 61.06 g; W: 363.51 g;	E: 2549.54 kcal; B: 130.68 g; T: 72.64 g; W: 355.12 g;	E: 2279.66 kcal; B: 90.57 g; T: 75.45 g; W: 312.54 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

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