

### 1 podstawowa

S- Ryż na mleku 300(MLE), Bułka grahamka 70(GLU), Chleb baltonowski 25(GLU), Masło15(MLE), Połędwica z kurcząt 50 (GLU), Twarożek Haga 20(MLE), Sałatka z ogórka świeżego i słonecznika80, Kawa z mlekiem bez cukru250 (MLE,GLU)

O- Kalafiorowa z/śm 300(MLE,GLU,SEL), Kotlet mielony smażony 90(GLU,JAJ), Fasolka szparagowa 150, Ziemniaki 150, Kompot z owoców mieszanych 250

P- Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru200(MLE)

K- Chleb mieszany 100(GLU) , Masło15(MLE), Masło15(MLE), Kielbasa krakowska 20(GLU), Jajko gotowane 50(JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80(MLE), Herbata b/c 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna:2267,87 Kcal Białko:101,40 Tłuszcze:55,80 Kwasy tłuszczowe:13,07 Węglowodany:304,97 Cukry Proste:47,81 Sód:1068,67 Błonnik:30,46

### 6 cukrzycowa

S- Ryż na wywarze jarzynowym 300(SEL), Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Połędwica z kurcząt 50 (GLU), Twarożek Haga 20(MLE), Sałatka z ogórka świeżego i słonecznika80, Kawa z mlekiem bez cukru250

SII- Jabłko 150g

O- Kalafiorowa b/śm 300 (GLU,SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90(GLU,JAJ), Sos koperkowy 100(GLU,SEL), Fasolka szparagowa 150, Ziemniaki 150, Kompot z owoców mieszanych b/c 250

P- Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru200(MLE)

K- Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Masło15(MLE), Kielbasa krakowska 20(GLU), Jajko gotowane 50(JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80(MLE), Herbata b/c 250

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Twaróg 50

Wartość kaloryczna: 2123,00 Kcal Białko:98,13 Tłuszcze:52,72 Kwasy tłuszczowe:15,27 Węglowodany:250,87 Cukry Proste:7,49 Sód:1230,90 Błonnik:31,54

### 2 lekkostrawna

S- Ryż na mleku 300(MLE) , Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Połędwica z kurcząt 50 (GLU), Twarożek Haga 20(MLE), Pomidor bez skóry 80, Kawa z mlekiem bez cukru250 (GLU,MLE)

O- Kalafiorowa b/śm 300(SEL,GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90(GLU,JAJ), Sos koperkowy 100(GLU,SEL), Sałatka z selera i jabłka 150(SEL), Ziemniaki 150, Kompot z owoców mieszanych 250

P- Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru200(MLE)

K- Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło15(MLE), Masło15(MLE), Kielbasa krakowska 20(GLU), Jajko gotowane 50(JAJ), Jabłko gotowane 150, herbata b/c 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna: 2164.22 kcal; Białko : 895.65 Tłuszcz: 57.69 Kwasy nasycone 13.93 Węglowodany : 314.85 Cukry proste: 48.51 Sód: 1264.92 Błonnik: 31.16

### 2 ML lekkostrawna bezmleczna

S- Ryż na wywarze jarzynowym 300 (SEL), Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Połędwica z kurcząt 50 (GLU), Dżem 25, Mus z dyni 80, Herbata b/c 250

O- Ziemniaczanka z natką pietruszki 300(SEL,GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90(GLU,JAJ), Sos koperkowy 100(GLU,SEL), Sałatka z selera i jabłka 150(SEL), Ziemniaki 150, Kompot z owoców mieszanych 250

P- Sok marchwiowo-owocowy 300

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło15(MLE), Kielbasa krakowska 20(GLU), Jajko gotowane 50(JAJ), Jabłko gotowane 150, herbata b/c 250

Wartość kaloryczna:2162,23 Kcal Białko:88,05 Tłuszcze:54,36 Kwasy tłuszczowe:15,30 Węglowodany:323,91 Cukry Proste:50,98 Sód:1355,98 Błonnik:31,45

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny: GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne , SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki**

### 1 podstawowa

S- Płatki jęczmienne na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 70(GLU), Chleb baltonowski 25(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60(RYB,MLE), Polędwica sopocka 20(GLU), Pomidor 80, Kawa z mlekiem 250 (MLE,GLU) Pestki dyni 20g,  
O- Rosół z makaronem nitki durum 300 (GLU, SEL), Udko pieczone z pieca 150, Surówka z kapusty białej 150, Ryż biały 150, Kompot z owoców mieszanych 250  
P- Jabłko 1szt  
K- Chleb mieszany 100 (GLU), Masło15(MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60(SEL), Ser tostowy 20(MLE), Ogórek świeży 80, Herbata 250  
PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna:2215,23 Kcal Białko:79,39 Tłuszcze:66,87 Kwasy tłuszczowe:25,58 Węglowodany:325,49 Cukry Proste:40,29 Sód:1763,64 Błonnik:30,37

### 6 cukrzycowa

S- Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300(GLU,SEL), Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60(RYB,MLE), Polędwica sopocka 20(GLU), Pomidor 80, Herbata b/c 250  
SII- Surówka z kapusty białej 150(MLE) Pestki dyni 20g,  
O- Rosół z makaronem nitki durum 300 (GLU, SEL), Udko duszone z pieca 150, Sos pietruszkowy 100(GLU, SEL), Ryż biały 150, Surówka z kapusty białej 150, Kompot z owoców mieszanych b/c 250  
P- Jabłko 1szt  
K- Chleb razowy 100 (GLU), Masło 15(MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60(SEL), Ser tostowy 20(MLE), Ogórek świeży 80, Ogórek świeży 80, Herbata b/c 250  
PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Ser deliser 20

Wartość kaloryczna: 2095,35 Kcal Białko:88,91 Tłuszcze:47,26 Kwasy tłuszczowe:15,13 Węglowodany:262,09 Cukry Proste:29,05 Sód:1941,78 Błonnik:32,86

### 2 Lekkostrawna

S- Płatki jęczmienne na mleku 300(GLU,MLE), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60(RYB,MLE), Polędwica sopocka 20(GLU), Pomidor bez skóry 80, Kawa z mlekiem 250 (MLE,GLU)  
O- Rosół z makaronem nitki durum 300 (GLU, SEL), Udko duszone z pieca 150, Sos pietruszkowy 100(GLU, SEL), Ryż biały 150, Marchewka oprószana 150(GLU), Kompot z owoców mieszanych 250  
P- Sok owocowy 200  
K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60(SEL), Twarożek Haga 20(MLE), Cukinia duszona z koncentratem 80, Herbata 250,  
PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna: 2276.60 kcal; Białko : 95.80 Tłuszcz: 59.07 Kwasy tłuszczowe: 18.65 Węglowodany : 324.01 Cukry proste: 54.78 Sód: 1647.05 Błonnik pokarmowy: 32.12

### 2ML Lekkostrawna bezmleczna

S- Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 (GLU,SEL) , Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Polędwica sopocka 60 (GLU),Dżem 25, Mus z dyni 80, Herbata 250  
O- Rosół z makaronem nitki durum 300 (GLU, SEL), Udko duszone z pieca 150, Sos pietruszkowy 100(GLU, SEL), Ryż biały 150, Marchewka oprószana 150(GLU), Kompot z owoców mieszanych 250  
P- Sok owocowy 200  
K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60(SEL), Cukinia duszona z koncentratem 80, Miód 25, Herbata 250,

Wartość kaloryczna:2124,65 Kcal Białko:90,68 Tłuszcze:54,89 Kwasy tłuszczowe:16,85 Węglowodany:312,43 Cukry Proste:56,30 Sód:1588,52 Błonnik:32,11

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny:** GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne , SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki

### 1 podstawowa

S- Manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 70(GLU), Chleb baltonowski 30 (GLU), Masło 15(MLE), Polędwica z kurcząt 40(GLU), Ser żółty 20(MLE), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80(MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250(GLU,MLE)

O- Zupa z czerwonej soczewicy 300 (GLU,SEL), Wątroba drobiowa duszona z jabłkiem i cebulą 110(GLU), Ziemniaki 150, Fasolka szparagowa 150, Kompot z truskawek z/c 250

P- Jogurt owocowy 100(MLE)

K- Chleb mieszany 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z mintaja i warzywami z koncentratem 60(RYB,SEL), Polędwica z warzywami 20(GLU), Sałatka z pomidora i rukoli 80, Herbata bez cukru 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna : 2364,29 Kcal Białko:90,97 Tłuszcze:66,69 Kwasy tłuszczowe:25,08 Węglowodany:311,58 Cukry Proste:37,50 Sód:1660,87 Błonnik:33,74

### 6 cukrzycowa

S- Manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Polędwica z kurcząt 40(GLU), Ser żółty 20(MLE), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80(MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250(GLU,MLE)

SII- Koktajl porzeczkowy bez cukru 200(MLE)

O- Zupa z czerwonej soczewicy 300 (GLU,SEL), Bitka z szynki w piecu 90(GLU), Ziemniaki 150, Jarzynka gotowana 150(GLU,SEL), Kompot z truskawek z/c 250

P- Brokuł gotowany 150g

K- Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z mintaja i warzywami z koncentratem 60(RYB,SEL), Polędwica z warzywami 20(GLU), Sałatka z pomidora i rukoli 80, Herbata bez cukru b/c 250

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Twaróg 50

Wartość kaloryczna: 2324,96 Kcal Białko:94,63 Tłuszcze:65,28 Kwasy tłuszczowe:25,10 Węglowodany:292,45 Cukry Proste:15,15 Sód:1654,45 Błonnik:35,80

### 2 lekkostrawna

S- Manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Polędwica z kurcząt 40(GLU), Ser żółty 20(MLE), Jabłko gotowane 150, Kawa z mlekiem bez cukru 250 (GLU,MLE)

O- Koperkowa z ryżem 300(SEL), Bitka z szynki w piecu 90(GLU), Ziemniaki 150, Jarzynka gotowana 150(GLU,SEL), Kompot z truskawek z/c 250

P- Jogurt owocowy 100(MLE)

K- Chleb baltonowski 100(GLU) , Masło 15(MLE), Pasta z mintaja i warzywami z koncentratem 60(RYB,SEL), Polędwica z warzywami 20(GLU), Sałatka z selera i jabłka 80(SEL), Herbata bez cukru 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna: 2352.11 kcal; Białko 94.57; Tłuszcz: 59.58; Kwasy tłuszczowe: 23.46; Węglowodany 332.64; Cukry proste: 51.84; Sód: 1995.53; Błonnik pokarmowy: 33.22;

### 2ML lekkostrawna bezmleczna

S- Manna na wywarze jarzynowym 300(GLU,SEL), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Polędwica z kurcząt 40(GLU), Dżem 25, Jabłko gotowane 150, Herbata bez cukru 250

O- Koperkowa z ryżem 300(SEL), Bitka z szynki w piecu 90(GLU), Ziemniaki 150, Jarzynka gotowana 150(GLU,SEL), Kompot z truskawek z/c 250

P- Sok marchwiowo-owocowy 1szt

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z mintaja i warzywami z koncentratem 60(RYB,SEL), Polędwica z warzywami 20(GLU), Sałatka z selera i jabłka 80(SEL), Herbata bez cukru 250

Wartość kaloryczna: 2230,74 Kcal Białko:85,65 Tłuszcze:65,54 Kwasy tłuszczowe:20,95 Węglowodany:311,26 Cukry Proste:53,39 Sód:1801,36 Błonnik:32,86

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny: GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki**

### 1 podstawowa

S- Manna na mleku 300 (GLU,MLE), Chleb razowy 70(GLU), Chleb baltonowski 25(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60(JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 20, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80, Kawa z mlekiem 250 (GLU,MLE)

O- Lane na wywarze 400 (JAJ,GLU,SEL) Filet z piersi w panierce 90(GLU,JAJ), Ziemniaki 150, Sos pietruszkowy 100(SEL), Sałatka z buraczków i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych z/c 250

P- Mandarynka 1szt

K- Chleb mieszany 100(GLU), Masło15(MLE), Szynkowa dębowa 40, Serek tartare 20(MLE), Pomidor 50, Sałata lodowa 30, Herbata 250 Pestki dyni 20g

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna:2463,50 Kcal Białko:115,09 Tłuszcze:66,17 Kwasy tłuszczowe:22,55 Węglowodany:324,27 Cukry Proste:34,79 Sód:1370,03 Błonnik:32,68

### 6 cukrzycowa

S- Manna na wywarze jarzynowym 300(GLU,SEL), Chleb razowy100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60(JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 20, Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 80, Herbata b/c 250 SII- Sałata lodowa z dresingiem 100

O- Lane na wywarze 400 (JAJ,GLU,SEL) Roladka z piersi kurczaka duszona 90(GLU), Ziemniaki 150, Sos pietruszkowy 100(SEL), Sałatka z buraczków i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych b/c 250

P- Mandarynka 1szt

K- Chleb razowy 100(GLU), Masło15(MLE), Szynkowa dębowa 40, Serek tartare 20(MLE), Pomidor 50, Sałata lodowa 30, Herbata b/c 250 Pestki dyni 20g

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Krakowska 30(GLU)

Wartość kaloryczna:2387,04 Kcal Białko:119,33 Tłuszcze:74,81 Kwasy tłuszczowe:22,95 Węglowodany:244,34 Cukry Proste:9,24 Sód:1379,10 Błonnik:33,37

### 2 lekkostrawna

S- Manna na mleku 300(MLE), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60(JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 20, Kawa z mlekiem 250 (GLU,MLE)

O- Lane na wywarze 400 (JAJ,GLU,SEL) Roladka z piersi kurczaka duszona 90(GLU), Ziemniaki 150, Sos pietruszkowy 100(SEL), Sałatka z buraczków i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych 250

P- Jogurt naturalny 100(MLE)

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Szynkowa dębowa 40, Serek tartare 20(MLE), Jabłko gotowane 150, Herbata 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartość kaloryczna: 2338.34 kcal; Białko: 114.87; Tłuszcze: 50.13; Kwasy tłuszczowe: 21.35; Węglowodany: 320.44; Cukry proste: 50.52; Sód: 1261.30; Błonnik: 31.71;

### 2ML lekkostrawna bezmleczna

S- Manna na wywarze jarzynowym 300(GLU,SEL), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE) Pasta z jajka z koperkiem 60(JAJ) Herbata 250

O- Lane na wywarze 400 (JAJ,GLU,SEL) Roladka z piersi kurczaka duszona 90(GLU), Ziemniaki 150, Sos pietruszkowy 100(SEL), Sałatka z buraczków i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych 250

P- Kisiel z truskawkami z/c 250

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Szynkowa dębowa 40, Dżem 25, Jabłko gotowane 150, Herbata 250

Wartość kaloryczna:2302,88 Kcal Białko:115,28 Tłuszcze:47,54 Kwasy tłuszczowe:19,16 Węglowodany:331,36 Cukry Proste:45,13 Sód:1520,89 Błonnik:32,39

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny:** GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki

### 1 podstawowa

S- Ryż na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 70(GLU), Chleb baltonowski 30(GLU), Masło 15(MLE), Pasta twarogowo-pomidorowa 60(MLE), Kanapkowa schabowa 20(GLU), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem 80(MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 (MLE,GLU)

O- Pieczarkowa z ziemniakami z/śm 400(MLE,GLU,SEL), Kotlet z mintaja smażony 90(GLU, JAJ,RYB), Ziemniaki 150, Surówka z kapusty kiszzonej 150, Kompot z czarnej porzeczki 250

P- Pomarańcza 150

K- Chleb mieszany 100(GLU), Masło 15,(MLE) Paszтет drobiowy 50(GLU, GOR), Twarożek Haga 20(MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80, Herbata bez cukru 250, Pestki słonecznika 20g

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;

### 6 cukrzycowa

S- Ryż na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta twarogowo-pomidorowa 60(MLE), Kanapkowa schabowa 20(GLU), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem 80(MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 (MLE,GLU)

SII- Sok pomidorowy 200,

O- Pieczarkowa z ziemniakami z/śm 400(MLE,GLU,SEL), Pulpet z mintaja gotowany 90(GLU, JAJ,RYB), Ziemniaki 150, Sos grecki 150(GLU,SEL), Kompot z czarnej porzeczki b/c 250

P- Pomarańcza 150

K- Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Paszтет drobiowy 50(GLU, GOR), Twarożek Haga 20(MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80, Herbata bez cukru b/c 250 Pestki słonecznika 20g

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Szyunka delikatesowa z fileta 30

Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;

### 2 lekkostrawna

S- Ryż na mleku 300(GLU,MLE), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Pasta twarogowo-pomidorowa 60(MLE), Kanapkowa schabowa 20(GLU), Mus z jabłka 80, Kawa z mlekiem bez cukru 250 (MLE,GLU)

O- Krupnik jęczmienny b/śm 400(MLE,GLU,SEL), Pulpet z mintaja gotowany 90(GLU, JAJ,RYB), Ziemniaki 150, Sos grecki 150(GLU,SEL), Kompot z czarnej porzeczki 250

P- Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ,MLE)

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Paszтет drobiowy 50(GLU, GOR), Twarożek Haga 20(MLE), Sałatka z selera i marchwi 80(SEL), Herbata bez cukru 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Energia : 2315.19 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 305.84g; Cukry proste: 53.27 g; Sód: 1848.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.26 g;

### 2ML lekkostrawna bezmleczna

S- Ryż na wywarze jarzynowym 300(SEL), Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15(MLE), Pasta twarogowo-pomidorowa 60(MLE), Kanapkowa schabowa 20(GLU), Mus z jabłka 80, Herbata bez cukru 250

O- Krupnik jęczmienny b/śm 400(GLU,SEL), Pulpet z mintaja gotowany 90(GLU, JAJ,RYB), Ziemniaki 150, Sos grecki 150(GLU,SEL), Kompot z czarnej porzeczki 250

P- Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ,MLE)

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Paszтет drobiowy 50(GLU, GOR), Miód 25, Sałatka z selera i marchwi 80(SEL), Herbata bez cukru 250

Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 33.47 g;

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny:** GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki

### 1 podstawowa

S- Makaron na mleku 300 (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Jajko gotowane 50 (JAJ), Polędwica sopocka 20 (GLU), Pomidor 50, Sos tatarski 15 (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250 (MLE, GLU)

O- Grochowa 300 (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250, Sos jogurtowy 100 (MLE), Kompot truskawkowy 250

P- Jabłko 150

K- Chleb mieszany 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Ser tostowy 20 (MLE), Szynkowa dębowa 40, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Herbata 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartości odżywcze: Energia : 2390.72 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 36.16 g; Sód: 1373.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

### 6 cukrzycowa

S- Makaron na wywarze jarzynowym 300 (GLU, JAJ), Chleb razowy 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Jajko gotowane 50 (JAJ), Polędwica sopocka 20 (GLU), Pomidor 50, Sos tatarski 15 (MLE), Herbata b/c 250

SII- Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 100

O- Grochowa 300 (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250, Jogurt naturalny 100 (MLE), kompot truskawkowy b/c 250

P- Jabłko 150

K- Chleb razowy 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Ser tostowy 20 (MLE), Szynkowa dębowa 40, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Herbata b/c 250

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Twaróg 50

Wartości odżywcze: Energia : 2396.27 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; Cukry proste: 9.79 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

### 2 lekkostrawna

S- Makaron na mleku 300 (MLE, GLU, JAJ), Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Jajko gotowane 50 (JAJ), Polędwica sopocka 20 (GLU), Sałatka z selera 80 (SEL), Herbata 250

O- Koperkowa z ziemniakami 300 (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250, Sos jogurtowy 100 (MLE), kompot truskawkowy 250

P- Jogurt owocowy 100 (MLE)

K- Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Ser tostowy 20 (MLE), Szynkowa dębowa 40, Jabłko gotowane 150, Herbata 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Energia : 2258.84 kcal; Białko ogółem: 1166.97 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; Cukry proste: 45.26 g; Sód: 1816.09 mg; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;

### 2ML lekkostrawna bezmleczna

S- Makaron na wywarze jarzynowym 300 (GLU, JAJ), Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Jajko gotowane 50 (JAJ), Polędwica sopocka 20 (GLU), Sałatka z selera 80 (SEL), Herbata 250

O- Koperkowa z ziemniakami 300 (GLU, SEL), Zapiekanek z ryżu i jabłka 250, Sos truskawkowy 100 (MLE), kompot truskawkowy 250

P- Sok marchwiowy 200

K- Chleb baltonowski 100 (GLU), Masło 15 (MLE), Miód 25, Szynkowa dębowa 40, Jabłko gotowane 150, Herbata 250

Wartości odżywcze: Energia : 2326.84 kcal; Białko ogółem: 116.97 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny: GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki**

### 1 podstawowa

S- Kasza manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb mieszany 100(GLU), Masło 15(MLE), Szyńka biała 40(GLU), Ser żółty 20(MLE), Surówka z mixu sałat i rzodkiewki z olejem 80, Kawa z mlekiem bez cukru 250 (GLU,MLE)

O- Brokułowa ze z/śm 400(GLU,MLE,SEL), Schab duszony 90(GLU,SEL), Sos koperkowy 100(SEL), Buraczki oprószone 150(GLU,SEL), Ziemniaki 150, Kompot z rabarbaru i jabłka 250

P- Jogurt owocowy 150(MLE)

K- Chleb mieszany 100(GLU), Masło 15(MLE), Twaróg z jogurtem 60(MLE), Dżem 25, Pomidor 80, Herbata 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartości odżywcze: Energia 2298.68 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;

### 6 cukrzycowa

S- Kasza manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Szyńka biała 40(GLU), Ser żółty 20(MLE), Surówka z mixu sałat i rzodkiewki z olejem 80, Kawa z mlekiem bez cukru 250

SII- Jogurt naturalny 100(MLE)

O- Brokułowa ze z/śm 400(GLU,MLE,SEL), Schab duszony 90(GLU), Sos koperkowy 100(SEL), Buraczki oprószone 150(GLU,SEL), Ziemniaki 150, Kompot z rabarbaru i jabłka b/c 250

P- Koktajl z truskawek bez cukru 150(MLE)

K- Chleb razowy 100(GLU), Masło 15(MLE), Twaróg z jogurtem 60(MLE), Kurczak gotowany 20, Pomidor 80, Herbata b/c 250

PN- Chleb razowy 30, Masło 10, Pasztet drobiowy 30(GLU)

Wartości odżywcze: Energia : 2105.75 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

### 2 lekkostrawna

S- Kasza manna na mleku 300(GLU,MLE), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Ser deliser 20 (MLE) Szyńka biała 50(GLU), Sałatka z marchwi 80, Kawa z mlekiem bez cukru 250 (GLU,MLE)

O- Brokułowa ze z/śm 400(GLU,MLE,SEL), Schab duszony 90(GLU), Sos koperkowy 100(SEL), Buraczki oprószone 150(GLU,SEL), Ziemniaki 150, Kompot z rabarbaru i jabłka 250

P- Jogurt owocowy 150(MLE)

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Twaróg z jogurtem 60(MLE), Kurczak gotowany 20, Puree z dyni i jabłka 80, herbata 250

PN- Mus owocowo-warzywny 100g 1szt

Wartości odżywcze: Energia : 2211.13 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Cukry proste: 34.54 g; Sód: 1912.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

### 2ML lekkostrawna bezmleczna

S- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300(GLU,SEL), Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Szyńka biała 50(GLU), Miód 25, Sałatka z marchwi 80, Herbata 250

O- Ziemniaczanka z natką pietruszki 400(SEL), Schab duszony 90(GLU), Sos koperkowy 100(SEL), Buraczki oprószone 150(GLU,SEL), Ziemniaki 150, Kompot z rabarbaru i jabłka 250

P- Kisiel 200

K- Chleb baltonowski 100(GLU), Masło 15(MLE), Kurczak gotowany 50, Dżem 25, Puree z dyni i jabłka 80, herbata 250

Wartości odżywcze: Energia : 2153.09 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g;

### Posiłki zawierające oznaczone są pogrubioną czcionką.

**Alergeny: GLU - gluten, SKO - skorupiaki, JAJ - jaja, RYB - ryby, OZI - orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - soja, MLE - mleko, ORZ - orzechy SEL - seler, GOR - gorczyca, SEZ - sezam, SO2 - dwutlenek siarki, ŁUB - łubin, MCK - mięczaki**