

| | | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa | |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-22 poniedziałek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 100 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt | |
| | II ŚN | | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | | | |
| | Obiad | Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | PD | | | Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>) | | | |
| | Kolacja | Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 60 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 80 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 80 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g |
| PN | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt | | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt | | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt | |
| | E: 2419.24 kcal; B: 106.16 g; T: 63.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; W: 369.39 g; W tym cukry: 59.95 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 8.74 g; | E: 2267.85 kcal; B: 94.92 g; T: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; W: 368.71 g; W tym cukry: 63.77 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 6.50 g; | E: 2278.68 kcal; B: 120.86 g; T: 73.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; W: 296.01 g; W tym cukry: 54.35 g; Bł.: 39.41 g; Sól: 8.77 g; | E: 2399.76 kcal; B: 94.50 g; T: 49.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; W: 404.44 g; W tym cukry: 92.79 g; Bł.: 27.53 g; Sól: 6.57 g; | E: 2431.84 kcal; B: 115.39 g; T: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; W: 382.49 g; W tym cukry: 65.71 g; Bł.: 26.36 g; Sól: 8.52 g; | E: 2431.84 kcal; B: 115.39 g; T: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; W: 382.49 g; W tym cukry: 65.71 g; Bł.: 26.36 g; Sól: 8.52 g; | |

| | | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-23 wtorek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Mix sałat z olejem 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Mix sałat z olejem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 60 g Hummus 40 g (<u>SEZ,</u>) Mix sałat z olejem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Mix sałat z olejem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Mix sałat z olejem 20 g Jabłko 1 szt 1 szt |
| | II ŚN | | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) | | |
| | Obiad | Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | PD | | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml | | |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretk drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretk drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretk drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL,</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Galaretk drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g |
| PN | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | | Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>) | | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | |
| | E: 2539.84 kcal; B: 99.05 g; T: 97.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; W: 322.56 g; W tym cukry: 52.29 g; Bt.: 27.53 g; Sól: 9.47 g; | E: 2458.34 kcal; B: 95.32 g; T: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; W: 332.75 g; W tym cukry: 60.22 g; Bt.: 29.98 g; Sól: 8.20 g; | E: 2468.72 kcal; B: 99.58 g; T: 96.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.05 g; W: 307.48 g; W tym cukry: 66.51 g; Bt.: 30.72 g; Sól: 9.09 g; | E: 2320.20 kcal; B: 89.01 g; T: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; W: 333.89 g; W tym cukry: 58.38 g; Bt.: 29.12 g; Sól: 8.59 g; | E: 2683.52 kcal; B: 113.54 g; T: 95.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.69 g; W: 347.59 g; W tym cukry: 66.17 g; Bt.: 25.39 g; Sól: 9.32 g; | |

| | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa | |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-24 środa | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzarskich pieczony 50 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Gruszka 1szt. 150 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wędzarskich z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzarskich pieczony 50 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z indykami drobiowa z dodatkiem surowców wędzarskich z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet Ciecchanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wędzarskich pieczony 100 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ MLE</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt |
| | | II ŚN | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | | |
| Obiad | Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i chrzanzu () 100 g (<u>MLE S02</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i chrzanzu () 100 g (<u>MLE S02</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g | Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | |
| | PD | | Gruszka 1szt. 150 g | | | |
| Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 70 g (<u>RYB</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 70 g (<u>RYB</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 70 g (<u>RYB</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 70 g (<u>RYB</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 150 g (<u>RYB</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Salata zielona 20 g | |
| | PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | | | |
| | E: 2120.72 kcal; B: 99.05 g; T: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; W: 297.38 g; W tym cukry: 54.44 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 7.95 g; | E: 2242.13 kcal; B: 92.62 g; T: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; W: 339.54 g; W tym cukry: 82.55 g; Bł.: 30.14 g; Sól: 7.80 g; | E: 2107.88 kcal; B: 102.40 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; W: 295.02 g; W tym cukry: 60.70 g; Bł.: 34.83 g; Sól: 7.72 g; | E: 2072.09 kcal; B: 91.34 g; T: 48.64 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; W: 331.90 g; W tym cukry: 82.08 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 8.09 g; | E: 2465.52 kcal; B: 118.82 g; T: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; W: 358.27 g; W tym cukry: 86.29 g; Bł.: 32.85 g; Sól: 8.55 g; | |

| | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa | |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-25 czwartek | Śniadanie | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Roszponka 20 g Pomidor 60 g Mandarynka 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 20 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Mandarynka 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Roszponka 20 g Banan 1szt. 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 100 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Roszponka 20 g Mandarynka 1 szt |
| | | II SN | | Wafle ryżowe 30 g | | |
| 2024-01-25 czwartek | Obiad | Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) | Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) | Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) | |
| | | PD | | Jabłko 1 szt 1 szt | | |
| 2024-01-25 czwartek | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g |
| | | PN | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | | | |
| | E: 2346.78 kcal; B: 99.59 g; T: 83.24 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; W: 314.15 g; W tym cukry: 53.23 g; Bł.: 34.69 g; Sól: 8.82 g; | E: 2147.30 kcal; B: 93.61 g; T: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; W: 296.82 g; W tym cukry: 45.97 g; Bł.: 26.90 g; Sól: 8.02 g; | E: 2341.79 kcal; B: 99.83 g; T: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; W: 327.27 g; W tym cukry: 55.03 g; Bł.: 40.62 g; Sól: 8.46 g; | E: 2311.37 kcal; B: 95.66 g; T: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; W: 337.87 g; W tym cukry: 74.99 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 7.53 g; | E: 2479.87 kcal; B: 103.46 g; T: 99.93 g; Kw. tł. nasy.: 44.84 g; W: 302.04 g; W tym cukry: 46.95 g; Bł.: 25.18 g; Sól: 10.03 g; | |

| | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa | |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-26 piątek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 20 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Rukola 20 g Papryka konserwowa 60 g | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Pomidor 60 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Rukola 20 g Papryka konserwowa 60 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 30 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Pomidor 60 g | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 30 g Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Pomidor 60 g |
| | | II ŚN | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) | | |
| 2024-01-26 piątek | Obiad | Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Mintaj panierowany kostka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml |
| | | PD | | Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) | | |
| 2024-01-26 piątek | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 60 g Salata zielona 20 g Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 150 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g |
| | | PN | Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>) | | | |
| | E: 2294.95 kcal; B: 90.93 g; T: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; W: 323.13 g; W tym cukry: 71.35 g; Bł.: 28.69 g; Sól: 7.24 g; | E: 2182.56 kcal; B: 95.94 g; T: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; W: 326.61 g; W tym cukry: 84.19 g; Bł.: 29.89 g; Sól: 6.88 g; | E: 2160.59 kcal; B: 109.47 g; T: 67.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; W: 295.08 g; W tym cukry: 56.52 g; Bł.: 36.81 g; Sól: 6.88 g; | E: 2166.23 kcal; B: 99.22 g; T: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 315.12 g; W tym cukry: 78.40 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 7.70 g; | E: 2367.84 kcal; B: 117.70 g; T: 72.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; W: 323.28 g; W tym cukry: 79.56 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 7.45 g; | |

| | | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-27 sobota | Śniadanie | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Mix salat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Mix salat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Mix salat 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Mix salat 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Mix salat 20 g Jabłko 1 szt 1 szt |
| | II ŚN | | | Wafle ryżowe 30 g | | |
| | Obiad | Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | |
| | PD | | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | | |
| | Kolacja | Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g |
| PN | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | | | | | |
| | E: 2088.38 kcal; B: 87.21 g; T: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; W: 299.83 g; W tym cukry: 46.75 g; Bł.: 33.20 g; Sól: 7.33 g; | E: 2037.25 kcal; B: 80.60 g; T: 65.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; W: 295.71 g; W tym cukry: 51.18 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 7.25 g; | E: 2223.04 kcal; B: 99.91 g; T: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; W: 316.83 g; W tym cukry: 45.90 g; Bł.: 38.50 g; Sól: 7.21 g; | E: 2026.78 kcal; B: 80.59 g; T: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; W: 295.36 g; W tym cukry: 50.70 g; Bł.: 28.81 g; Sól: 7.54 g; | E: 2239.25 kcal; B: 101.55 g; T: 76.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; W: 301.88 g; W tym cukry: 53.39 g; Bł.: 29.20 g; Sól: 9.80 g; | |

| | BB- WILK 1 Podstawowa | BB- WILK 2 Łatwo strawna | BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów | BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu | BB- WILK 9 Bogatobiałkowa | |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-28 niedziela | Śniadanie | Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt |
| | II ŚN | | | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml | | |
| | Obiad | Rosół z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Rosół z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | |
| | PD | | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | | |
| | Kolacja | Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Salami kielbasa wieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzejawajaca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g |
| | PN | Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt | | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt | |
| | E: 2351.66 kcal; B: 105.21 g; T: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 42.46 g; W: 291.79 g; W tym cukry: 78.21 g; Bł.: 28.41 g; Sól: 9.26 g; | E: 2108.23 kcal; B: 92.27 g; T: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; W: 309.56 g; W tym cukry: 80.58 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 7.30 g; | E: 2227.90 kcal; B: 112.70 g; T: 79.63 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; W: 281.89 g; W tym cukry: 52.61 g; Bł.: 35.13 g; Sól: 8.79 g; | E: 2090.48 kcal; B: 91.28 g; T: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; W: 309.04 g; W tym cukry: 80.40 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 7.35 g; | E: 2341.42 kcal; B: 109.68 g; T: 82.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.39 g; W: 302.89 g; W tym cukry: 78.63 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 8.78 g; | |

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeny,
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 JE CZ - 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,