

	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	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus 50 g (SEZ ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Ogórek kiszony 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus 50 g (SEZ ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Twarożek 40 g (MLE ,) Pomidor 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus 50 g (SEZ ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Ogórek kiszony 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Twarożek 40 g (MLE ,) Pomidor 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus 80 g (SEZ ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ ,) Pomidor 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt
		II ŚN		Mandarynka 1 szt		
2024-02-12, poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SO2 ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (MLE, SO2 ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE ,)		
2024-02-12, poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE ,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE ,) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE ,) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE ,) Brokuł gotowany* 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (SEL ,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE ,) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
		E: 2432.59 kcal; B: 94.12 g; T: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; W: 341.89 g; W tym cukry: 79.52 g; Bł.: 31.85 g; Sól: 9.87 g;	E: 2336.08 kcal; B: 94.35 g; T: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; W: 348.95 g; W tym cukry: 77.20 g; Bł.: 27.02 g; Sól: 8.09 g;	E: 2303.49 kcal; B: 96.20 g; T: 83.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; W: 309.58 g; W tym cukry: 64.28 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 9.50 g;	E: 2224.12 kcal; B: 95.29 g; T: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; W: 349.08 g; W tym cukry: 76.55 g; Bł.: 27.72 g; Sól: 8.30 g;	E: 2600.74 kcal; B: 98.58 g; T: 90.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 358.91 g; W tym cukry: 75.88 g; Bł.: 27.20 g; Sól: 9.18 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
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Gruszka 1szt. 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 100 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN		Kefir 2% tł 250g 1 szt (MLE.)		
2024-02-13 wtorek Obiad	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Twarożek 40 g (MLE.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Twarożek 40 g (MLE.) Rzodkiew biała 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 90 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Twarożek 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok warzywny 0,3l 1 g (SEL.)	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	
	E: 2269.38 kcal; B: 96.80 g; T: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 34.38 g; W: 316.87 g; W tym cukry: 49.85 g; Bł.: 31.15 g; Sól: 7.86 g;	E: 2187.30 kcal; B: 86.91 g; T: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; W: 336.27 g; W tym cukry: 56.08 g; Bł.: 32.34 g; Sól: 7.88 g;	E: 2203.08 kcal; B: 106.89 g; T: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; W: 283.87 g; W tym cukry: 40.54 g; Bł.: 29.77 g; Sól: 8.22 g;	E: 2059.95 kcal; B: 87.21 g; T: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 12.00 g; W: 340.00 g; W tym cukry: 57.12 g; Bł.: 31.88 g; Sól: 7.75 g;	E: 2339.63 kcal; B: 103.57 g; T: 67.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; W: 340.99 g; W tym cukry: 56.11 g; Bł.: 32.40 g; Sól: 9.43 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
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Papryka konserwowa 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Salata zielona 20 g Mandarynka 1 szt
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		
2024-02-14 środa Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Sok pomidorowy 200 ml		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 60 g Serek homo. naturalny 40 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 100 g (RYB.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Serek homo. naturalny 40 g (MLE.)
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	E: 2271.58 kcal; B: 88.80 g; T: 74.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; W: 326.57 g; W tym cukry: 57.79 g; Bł.: 40.11 g; Sól: 9.04 g;	E: 2231.44 kcal; B: 71.02 g; T: 48.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; W: 390.74 g; W tym cukry: 65.37 g; Bł.: 28.84 g; Sól: 5.85 g;	E: 2201.59 kcal; B: 94.00 g; T: 71.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; W: 314.91 g; W tym cukry: 65.23 g; Bł.: 46.05 g; Sól: 8.90 g;	E: 2262.24 kcal; B: 72.21 g; T: 35.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; W: 426.33 g; W tym cukry: 94.39 g; Bł.: 30.34 g; Sól: 5.90 g;	E: 2426.03 kcal; B: 78.65 g; T: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.34 g; W: 402.32 g; W tym cukry: 67.58 g; Bł.: 30.34 g; Sól: 6.85 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
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek 50g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 60g Rozszponka 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek 50g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 60g Rozszponka 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek 50g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 60g Rozszponka 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek 50g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 60g Rozszponka 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Twarożek 100g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 60g Rozszponka 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN			Biszkopty b/c 30g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos boloński z mięsa wp () - dieta 150g (GLU PSZ, SEL.)
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z fasoli 50g Serek homo. naturalny 40g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Pasta z fasoli 50g Serek homo. naturalny 40g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 100g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40g (MLE.) Pomidor 60g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
PN	Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25g (SOJ.) Salata zielona 5g	Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25g (SOJ.) Salata zielona 5g	Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25g (SOJ.) Salata zielona 5g	Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25g (SOJ.) Salata zielona 5g		
	E: 2481.79 kcal; B: 111.91 g; T: 74.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; W: 348.13 g; W tym cukry: 71.41 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 6.91 g;	E: 2425.03 kcal; B: 106.92 g; T: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; W: 344.18 g; W tym cukry: 68.40 g; Bł.: 18.81 g; Sól: 8.03 g;	E: 2347.71 kcal; B: 112.22 g; T: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; W: 320.01 g; W tym cukry: 49.21 g; Bł.: 38.91 g; Sól: 6.54 g;	E: 2306.83 kcal; B: 106.71 g; T: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; W: 343.97 g; W tym cukry: 68.22 g; Bł.: 18.81 g; Sól: 8.07 g;	E: 2626.81 kcal; B: 116.56 g; T: 78.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.29 g; W: 369.80 g; W tym cukry: 80.45 g; Bł.: 20.73 g; Sól: 9.26 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	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb Graham 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Gruszka 1szt. 150 g Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE.</u>)
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		
2024-02-16 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JEĆZ.</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		
2024-02-16 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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.</u> , <u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	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.</u> , <u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	E: 2422.11 kcal; B: 98.27 g; T: 93.23 g; Kw. tł. nasy.: 40.60 g; W: 312.08 g; W tym cukry: 63.74 g; Bł.: 28.74 g; Sól: 7.15 g;	E: 2330.61 kcal; B: 93.99 g; T: 79.67 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; W: 322.61 g; W tym cukry: 69.92 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 5.84 g;	E: 2157.29 kcal; B: 90.80 g; T: 78.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 289.84 g; W tym cukry: 67.39 g; Bł.: 37.59 g; Sól: 6.22 g;	E: 2186.61 kcal; B: 94.45 g; T: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; W: 324.18 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 29.16 g; Sól: 7.03 g;	E: 2534.92 kcal; B: 109.20 g; T: 88.27 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; W: 338.96 g; W tym cukry: 75.95 g; Bł.: 28.83 g; Sól: 6.23 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	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 90 g (SOJ,) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 100 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt
		II ŚN		Mandarynka 1 szt		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka drobiowa () 250 g (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE,)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Ser topiony 50 g (MLE,) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Ogórek kiszony 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 90 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 90 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					
	E: 2211.67 kcal; B: 79.56 g; T: 85.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.98 g; W: 292.98 g; W tym cukry: 56.83 g; Bł.: 34.86 g; Sól: 10.56 g;	E: 2152.50 kcal; B: 86.49 g; T: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; W: 306.26 g; W tym cukry: 56.44 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 8.48 g;	E: 2162.60 kcal; B: 97.82 g; T: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; W: 293.93 g; W tym cukry: 63.22 g; Bł.: 38.58 g; Sól: 8.91 g;	E: 1986.15 kcal; B: 84.16 g; T: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; W: 302.76 g; W tym cukry: 56.97 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 9.74 g;	E: 2331.60 kcal; B: 103.15 g; T: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; W: 312.34 g; W tym cukry: 57.24 g; Bł.: 27.38 g; Sól: 10.87 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	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 60 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Banan 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)
		II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
2024-02-18 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt		
2024-02-18 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) 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 (MLE.) Mix sałat 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) 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 (MLE.) Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE.) Mix sałat 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) 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 (MLE.) Mix sałat 20 g
		PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	E: 2524.16 kcal; B: 96.25 g; T: 94.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; W: 330.62 g; W tym cukry: 74.96 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 8.13 g;	E: 2130.17 kcal; B: 96.92 g; T: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 323.46 g; W tym cukry: 72.78 g; Bł.: 21.44 g; Sól: 6.61 g;	E: 2401.65 kcal; B: 117.86 g; T: 81.21 g; Kw. tł. nasy.: 39.82 g; W: 314.39 g; W tym cukry: 60.19 g; Bł.: 32.50 g; Sól: 9.45 g;	E: 2019.19 kcal; B: 97.56 g; T: 39.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; W: 324.89 g; W tym cukry: 73.19 g; Bł.: 22.89 g; Sól: 6.63 g;	E: 2289.21 kcal; B: 113.28 g; T: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; W: 315.81 g; W tym cukry: 70.83 g; Bł.: 21.44 g; Sól: 7.54 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,
SO2 - 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 JEĆZ - 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,