

\*DIETA LEKKOSTRAWNA – Zupa mleczna jest dostępna dla pacjentów mających problem z gryzieniem i przetykaniem posiłków zawierających pieczywo

	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
Środa 22-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Zupa kapuśniak 250g (GLU, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SOJ, MLE) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z marchewki i jabłka 50g	Zupa kapuśniak 250g (GLU, SEL, MLE) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, SOJ, MLE) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1823 kcal, B: 103g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 33,12g, W: 214g, w tym cukry: 26,17g, Bł: 26,01g, Sód: 3773mg		E: 1801 kcal, B: 102g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 31,63g, W: 212g, w tym cukry: 22,31g, Bł: 18,97g, Sód: 3739mg		E: 1997 kcal, B: 110g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 35,88g, W: 216g, w tym cukry: 21,15g, Bł: 29,95g, Sód: 4019mg

Czwartek 23-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Musztarda 10g (GOR) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Musztarda 10g (GOR) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Krupnik 250g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka drobiowa gotowana w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
E: 2085 kcal, B: 86g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 34,62g, W: 256g, w tym cukry: 26,69g, Bł: 26,37g, Sód: 2735mg		E: 2095 kcal, B: 85g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 34,34g, W: 261g, w tym cukry: 25,88g, Bł: 21,61g, Sód: 2573mg		E: 2187 kcal, B: 89g, T: 77g, kw.tł.nasy.: 37,71g, W: 276g, w tym cukry: 31,62g, Bł: 35,90g, Sód: 2659mg

Piątek 24-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (GLU, MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Jogurt naturalny (MLE) 120g
	OB	Zupa jarzynowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Śledź po japońsku 150g (RYB, MLE, GLU)	Zupa jarzynowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie koperkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Plaster twarogu 60g (MLE) Ogórek zielony 60g Tarta rzodkiewka 20g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Plaster twarogu 60g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Plaster twarogu 60g (MLE) Ogórek zielony 60g Tarta rzodkiewka 20g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Kisiel bez cukru 120g		Kanapka z wędliną i serem 60g (MLE, GLU, GOR, SOJ)
E: 1764 kcal, B: 89g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 21,75g, W: 222g, w tym cukry: 29,88g, Bł: 25,38g, Sód: 4504mg		E: 1656 kcal, B: 107g, T: 42g, kw.tł.nasy.: 17,27g, W: 217g, w tym cukry: 22,15g, Bł: 19,75g, Sód: 3729mg		E: 1923 kcal, B: 124g, T: 54g, kw.tł.nasy.: 23,62g, W: 222g, w tym cukry: 23,44g, Bł: 29,68g, Sód: 4478mg

Sobota 25-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa kalafiorowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops z mięsa mieszanego duszony w sosie pomidorowym 100g (GLU, SEL) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Galat drobiowy 60g (GOR, RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
E: 2007 kcal, B: 97g, T: 71g, kw.tł.nasy.: 33,76g, W: 255g, w tym cukry: 21,05g, Bł: 35,16g, Sód: 3151mg		E: 1995 kcal, B: 96g, T: 69g, kw.tł.nasy.: 32,82g, W: 256g, w tym cukry: 21,29g, Bł: 30,72g, Sód: 3172mg		E: 2127 kcal, B: 91g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 31,46g, W: 258g, w tym cukry: 36,19g, Bł: 41,10g, Sód: 3140mg

Niedziela 26-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka śląska gotowana 80g (GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g Ogórek zielony 60g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka śląska gotowana 80g (GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka śląska gotowana 80g (GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g Ogórek zielony 60g Kakao naturalne 200ml
	II SN	-		Jabłko 60g
	OB	Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowana fasolka szparagowa 100g		
	PD	-		Kisiel bez cukru 120g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z sałatą i wędliną 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1912 kcal, B: 101g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 33,55g, W: 225g, w tym cukry: 21,0g, Bł: 23,99g, Sód: 2145mg		E: 1934 kcal, B: 102g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 33,49g, W: 229g, w tym cukry: 33,49g, Bł: 19,23g, Sód: 2867mg		E: 2120 kcal, B: 106g, T: 77g, kw.tł.nasy.: 36,63g, W: 238g, w tym cukry: 25,43g, Bł: 31,23g, Sód: 3087mg

Poniedziałek 27-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z koperkiem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Sałata 10g Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z koperkiem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z koperkiem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Sałata 10g Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Pomarańcza 60g
	OB	Zupa fasolowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z białej zasmażanej 50g	Zupa koperkowa 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Jogurt naturalny 150g (MLE)
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połudwica sopocka 40g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
E: 1898 kcal, B: 118g, T: 57g, kw.tl.nasy.: 24,14g, W: 239g, w tym cukry: 24,46g, Bł: 28,51g, Sód: 2145mg		E: 1831 kcal, B: 116g, T: 50g, kw.tl.nasy.: 24,95g, W: 238g, w tym cukry: 24,95g, Bł: 23,28g, Sód: 2628mg		E: 2077 kcal, B: 129g, T: 58g, kw.tl.nasy.: 29,42g, W: 249g, w tym cukry: 28,91g, Bł: 35,78g, Sód: 2996mg

Wtorek 28-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Klops z mięsa mieszanego duszony w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Serek topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Serek topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta rybna 60g (MLE, RYB) Serek topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
E: 2049 kcal, B: 108g, T: 68g, kw.tl.nasy.: 29,15g, W: 239g, w tym cukry: 17,24g, Bł: 239g, Sód: 5150mg		E: 1904 kcal, B: 106g, T: 65g, kw.tl.nasy.: 30,24g, W: 242g, w tym cukry: 15,99g, Bł: 17,46g, Sód: 3794mg		E: 2098 kcal, B: 112g, T: 67g, kw.tl.nasy.: 31,88g, W: 254g, w tym cukry: 37,74g, Bł: 30,62g, Sód: 4574mg

Środa 29-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Zupa ziemniaczana 250g (MLE, SEL, GLU) Makaron z sosem bolońskim 300g (MLE, JAJ, SEL, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z mięsa drobiowego 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1776 kcal, B: 76g, T: 57g, kw.tl.nasy.: 30,05g, W: 245g, w tym cukry: 18,09g, Bł: 18,67g, Sód: 2584mg		E: 1808 kcal, B: 77g, T: 57g, kw.tl.nasy.: 30,01g, W: 252g, w tym cukry: 18,33g, Bł: 14,23g, Sód: 2606mg		E: 2012 kcal, B: 87g, T: 68g, kw.tl.nasy.: 37,09g, W: 270g, w tym cukry: 17,29g, Bł: 27,13g, Sód: 3039mg

Czwartek 30-04-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek topiony 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Barszcz czerwony z makaronem 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z marchewki i jabłka 50g	Barszcz czerwony z makaronem 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml
PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)	
E: 2023 kcal, B: 89g, T: 78g, kw.tł.nasy.: 30,33g, W: 257g, w tym cukry: 42,83g, Bł: 33,80g, Sód: 2987mg		E: 2023 kcal, B: 90g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 32,37g, W: 259g, w tym cukry: 40,17g, Bł: 27,74g, Sód: 3018mg		E: 2310 kcal, B: 97g, T: 84g, kw.tł.nasy.: 42,30g, W: 288g, w tym cukry: 26,18g, Bł: 43,95g, Sód: 3185mg

Piątek 01-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Majonez 10g (GOR, JAJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Jogurt naturalny 150g
	OB	Zupa kalafiorowa 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Ryba pieczona w sosie pietruszkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Tarta rzodkiewka 20g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Tarta rzodkiewka 20g Herbata, napar bez cukru 200ml
PN	Kisiel bez cukru 120g		Kanapka z wędliną i serem 60g (MLE, GLU, GOR, SOJ)	
E: 1814 kcal, B: 120g, T: 52g, kw.tł.nasy.: 22,17g, W: 232g, w tym cukry: 35,56g, Bł: 36,74g, Sód: 4439mg		E: 1751 kcal, B: 116g, T: 46g, kw.tł.nasy.: 20,89g, W: 226g, w tym cukry: 27,25g, Bł: 26,86g, Sód: 4200mg		E: 2034 kcal, B: 139g, T: 58g, kw.tł.nasy.: 31,32g, W: 254g, w tym cukry: 35,93g, Bł: 40,07g, Sód: 5463mg

Sobota 02-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z serka i wędliny 40g (MLE, GOR) Sałata 10g Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z serka i wędliny 40g (MLE, GOR) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z serka i wędliny 40g (MLE, GOR) Sałata 10g Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Krupnik 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz w sosie własnym 150g (SOJ, GLU) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Pomarańcza 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет drobiowy 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)	
E: 2071 kcal, B: 118g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 28,95g, W: 270g, w tym cukry: 22,6g, Bł: 30,66g, Sód: 2275mg		E: 2045 kcal, B: 117g, T: 61g, kw.tł.nasy.: 28,01g, W: 269g, w tym cukry: 22,84g, Bł: 26,22g, Sód: 2298mg		E: 2140 kcal, B: 126g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 29,85g, W: 280g, w tym cukry: 47,03g, Bł: 36,30g, Sód: 2475mg

Niedziela 03-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 60g (MLE, JAJ) Wędlina 20g Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml
	II SN	-		Jabłko 60g
	OB	Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL, GOR) Ryż biały gotowany 100g Potrawka z kurczaka 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowana marchewka 100g		
	PD	-		Kisiel bez cukru 100g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Sałatka jarzynowa z jogurtem 80g (MLE, GOR, JAJ) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z sałatą i wędliną 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1814 kcal, B: 96g, T: 51g, kw.tł.nasy.: 21,00g, W: 251g, w tym cukry: 31,41g, Bł: 25,54g, Sód: 3141mg		E: 1846 kcal, B: 96g, T: 51g, kw.tł.nasy.: 20,96g, W: 258g, w tym cukry: 31,65g, Bł: 21,10g, Sód: 3164mg		E: 2050 kcal, B: 104g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 26,88g, W: 283g, w tym cukry: 31,51g, Bł: 36,39g, Sód: 3620mg

Poniedziałek 04-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paszтет pieczony 60g (GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Pomarańcza 60g
	OB	Barszcz biały 250g (SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Klops gotowany z mięsa mieszanego w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g Surówka z białej kapusty 50g	Barszcz biały 250g (SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Klops gotowany z mięsa mieszanego w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	
	PD	-		Jogurt naturalny 150g (MLE)
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 60g (RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 60g (RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Paprykarz 60g (RYB) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Budyń bez cukru 120g (MLE)		Kanapka z serem i sałatą 60g (GLU, MLE)
E: 1914 kcal, B: 94g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 31,02g, W: 218g, w tym cukry: 15,68g, Bł: 19,42g, Sód: 2629mg		E: 1865 kcal, B: 93g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 30,68g, W: 213g, w tym cukry: 15,92g, Bł: 14,98g, Sód: 2651mg		E: 2098 kcal, B: 106g, T: 86g, kw.tł.nasy.: 37,99g, W: 236g, w tym cukry: 16,02g, Bł: 28,84g, Sód: 2965mg

Wtorek 05-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	*Zupa mleczna z pł. jęczm. 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Pomidor 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z koperkiem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 50g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 120g (GLU, MLE, SEL) Buraczki tarte 100g		
	PD	-		Jabłko 60g
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
E: 1817 kcal, B: 89g, T: 58g, kw.tł.nasy.: 28,28g, W: 240g, w tym cukry: 13,58g, Bł: 23,13g, Sód: 3890mg		E: 1829 kcal, B: 87g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 26,96g, W: 239g, w tym cukry: 11,17g, Bł: 17,57g, Sód: 3490mg		E: 1936 kcal, B: 95g, T: 63g, kw.tł.nasy.: 28,35g, W: 256g, w tym cukry: 33,51g, Bł: 30,04g, Sód: 3849mg

**OZNACZENIA ALERGENÓW:** **GLU PSZ** - zboża zawierające gluten; **MLE b/LAK** - mleko i pochodne bez laktozy; **SKO** - skorupiaki i pochodne; **JAJ** - jaja i pochodne; **RYB** - ryby i pochodne; **OZI** - orzeszki ziemnie 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