

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

	PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	
Środa 06-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Serek śmietankowy 20g (MLE) 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) Połędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Zupa koperkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Risotto z brązowym ryżem, gotowanym mięsem drobiowym i warzywami 250g (GLU, SOJ, MLE)	Zupa koperkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Risotto z białym ryżem, gotowanym mięsem drobiowym i warzywami 250g (GLU, SOJ, MLE)	Zupa koperkowa 250g (GLU, SEL, MLE) Risotto z brązowym ryżem, gotowanym mięsem drobiowym i warzywami 250g (GLU, SOJ, MLE)
	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) Ogórek kiszony tarty 60g 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) Ogórek kiszony tarty 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1897 kcal, B: 89g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 26,78g, W: 247g, w tym cukry: 23,19g, Bł: 22,58g, Sód: 3151mg		E: 1868 kcal, B: 88g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 26,21g, W: 239, w tym cukry: 23,77g, Bł: 15,84g, Sód: 3232mg	E: 2064 kcal, B: 96g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 30,46g, W: 253g, w tym cukry: 22,61g, Bł: 26,82g, Sód: 3513mg	

Czwartek 07-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Gotowana parówka 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 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 śmietankowy 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 śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Ogórek zielony 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa grochowa 250g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200g Wątróbka drobiowa gotowana w sosie własnym 120g (GLU, SEL) Buraczki tarte 100g	Zupa kalafiorowa 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: 2109 kcal, B: 87g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 33,92g, W: 264g, w tym cukry: 22,02g, Bł: 30,52g, Sód: 30,84mg		E: 2025 kcal, B: 84g, T: 74g, kw.tł.nasy.: 36,50g, W: 242g, w tym cukry: 31,71g, Bł: 27,78g, Sód: 3445mg	E: 2230 kcal, B: 85g, T: 84g, kw.tł.nasy.: 39,07g, W: 278g, w tym cukry: 30,52g, Bł: 34,65g, Sód: 2608mg	

Piątek 08-05-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (GLU, MLE) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z rzodkiewką 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Ogórek zielony 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II ŚN	-		Jogurt naturalny (MLE) 120g
	OB	Zupa ziemniaczana 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Śledź w śmietanie 150g (RYB, MLE, GLU)	Zupa ziemniaczana 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) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna z jogurtem 80g (MLE, JAJ) Pomidor 50g 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: 25,83g, 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: 1823 kcal, B: 124g, T: 54g, kw.tł.nasy.: 23,62g, W: 222g, w tym cukry: 23,64g, Bł: 29,89g, Sód: 4478mg

Sobota 09-05-26	ŚN	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 ŚN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Zupa ogórkowa 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: 2018 kcal, B: 101g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 39,25g, W: 265g, w tym cukry: 13,72g, Bł: 29,45g, Sód: 2917mg		E: 2006 kcal, B: 99g, T: 71g, kw.tł.nasy.: 31,31g, W: 266g, w tym cukry: 13,96g, Bł: 25,01g, Sód: 2940mg		E: 2108 kcal, B: 109g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 33,95g, W: 268g, w tym cukry: 28,86g, Bł: 35,39g, Sód: 2906mg

Niedziela 10-05-26	ŚN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Majonez 10g Ogórek zielony 60g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 60g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Jajko gotowane 60g (JAJ) Ser żółty 20g (MLE) Ogórek zielony 60g Kakao naturalne 200ml
	II ŚN	-		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 topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta mięsna 60g (GOR, MLE) Ser topiony 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z sałatą i wędliną 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1928 kcal, B: 96g, T: 72g, kw.tł.nasy.: 32,91g, W: 222g, w tym cukry: 19,29g, Bł: 23,67g, Sód: 2477mg		E: 1892 kcal, B: 97g, T: 69g, kw.tł.nasy.: 31,70g, W: 229g, w tym cukry: 19,57g, Bł: 19,23g, Sód: 2437mg		E: 2078 kcal, B: 101g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 34,83g, W: 237g, w tym cukry: 25,03g, Bł: 31,23g, Sód: 2656mg

Poniedziałek 11-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twaróg z koperkiem 80g (MLE) Wędlina 20g (GOR) Sałata 10g 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) 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 Pomidor 60g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Pomarańcza 60g
	OB	Krupnik 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Kapusta zasmażana 50g	Krupnik 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 150g (GLU, SEL) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g	
	PD	-		Jogurt naturalny 150g (MLE)
	KOL	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połędwica sopocka 40g (GOR) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Połędwica 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: 1961 kcal, B: 100g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 24,86g, W: 257g, w tym cukry: 26,14g, Bł: 29,22g, Sód: 2465mg		E: 1889 kcal, B: 99g, T: 56g, kw.tł.nasy.: 25,19g, W: 252g, w tym cukry: 22,97g, Bł: 22,04g, Sód: 2758mg		E: 2116 kcal, B: 114g, T: 60g, kw.tł.nasy.: 30,72g, W: 293g, w tym cukry: 29,22g, Bł: 36,85g, Sód: 3186mg

Wtorek 12-05-26	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 z serka śmietankowego i wędliny 80g (MLE, GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z serka śmietankowego i wędliny 80g (MLE, GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta z serka śmietankowego i wędliny 80g (MLE, GOR, SOJ) Sałata 10g Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Jogurt owocowy 150g (MLE)		Jogurt naturalny 150g (MLE)
E: 1866 kcal, B: 92g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 36,44g, W: 234g, w tym cukry: 14,81g, Bł: 19,76g, Sód: 4449mg		E: 1873 kcal, B: 87g, T: 73g, kw.tł.nasy.: 33,14g, W: 240g, w tym cukry: 14,97g, Bł: 16,85g, Sód: 3661mg		E: 1979 kcal, B: 97g, T: 75g, kw.tł.nasy.: 38,18g, W: 249g, w tym cukry: 32,31g, Bł: 29,40g, Sód: 3873mg

Środa 13-05-26	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) 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) Pomidor 60g Herbata, napar bez cukru 200ml
	II SN	-		Budyń bez cukru 120g (MLE)
	OB	Zupa jarzynowa 250g (MLE, SEL, GLU) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim 300g (MLE, JAJ, SEL, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 100g	Zupa jarzynowa 250g (MLE, SEL, GLU) Makaron jasny pszenny 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) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Wędlina 40g (GOR, SOJ) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Banan 60g		Kanapka z wędliną i sałatą 60g (GLU, GOR, SOJ)
E: 1783 kcal, B: 84g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 31,61g, W: 245g, w tym cukry: 18,08g, Bł: 26,67g, Sód: 2688mg		E: 1808 kcal, B: 77g, T: 57g, kw.tł.nasy.: 30,01g, W: 252g, w tym cukry: 18,33g, Bł: 14,23g, Sód: 2606mg		E: 2012 kcal, B: 87g, T: 62g, kw.tł.nasy.: 33,09g, W: 270g, w tym cukry: 17,29g, Bł: 31,13g, Sód: 3039mg

Czwartek 14-05-26	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) 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) 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) Pomidor 60g Sałata 10g Kawa zbożowa, bez cukru 200ml (GLU)
	II SN	-		Kisiel bez cukru 120g
	OB	Barszcz biały 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowana marchewka 50g Surówka z białej kapusty 50g	Barszcz biały 250g (MLE, SEL, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowana marchewka 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: 2031 kcal, B: 89g, T: 76g, kw.tł.nasy.: 32,35g, W: 264g, w tym cukry: 43,87g, Bł: 30,94g, Sód: 3044mg		E: 2310 kcal, B: 97g, T: 79g, kw.tł.nasy.: 29,7g, W: 288g, w tym cukry: 46,18g, Bł: 43,95g, Sód: 3185mg

Piątek 15-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	*Zupa mleczna z kaszą manną 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) Ser żółty 20g (MLE) Pomidor 50g Herbata, napar bez cukru 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Pasta jajeczna 60g (JAJ, MLE, GOR) 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 koperkowym 150g (RYB, MLE, GLU) Gotowane trio (marchew, brokuł, kalafior) 50g Surówka z kapusty kiszzonej 50g	Zupa kalafiorowa 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) Twaróg z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Ogórek zielony 60g 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 Herbata, napar bez cukru 200ml
	PN	Kisiel bez cukru 120g		Kanapka z wędliną i serem 60g (MLE, GLU, GOR, SOJ)
E: 1818 kcal, B: 121g, T: 51g, kw.tł.nasy.: 22,11g, W: 233g, w tym cukry: 36,28g, Bł: 36,99g, Sód: 4573mg		E: 1823 kcal, B: 116g, T: 53g, kw.tł.nasy.: 21,95g, W: 227g, w tym cukry: 28,03g, Bł: 27,11g, Sód: 4454mg		E: 2001 kcal, B: 128g, T: 65g, kw.tł.nasy.: 32,38g, W: 256g, w tym cukry: 36,71g, Bł: 40,32g, Sód: 5716mg

Sobota 16-05-26	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) Kasza jęczmienna gotowana 100g Gulasz w sosie własnym 150g (SOJ, GLU) Buraczki tarte 100g	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: 2036 kcal, B: 117g, T: 64g, kw.tł.nasy.: 29,05g, w tym cukry: 21,0g, Bł: 29,86g, Sód: 2264mg		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: 2175 kcal, B: 125g, T: 66g, kw.tł.nasy.: 29,95g, W: 271g, w tym cukry: 45,43g, Bł: 35,50g, Sód: 2464mg

Niedziela 17-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka gotowana 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Ketchup 10g (GOR) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	*Zupa mleczna z pł. owsianymi 200g (MLE, GLU) Chleb pszenno-żytni 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka gotowana 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	Chleb graham 100g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Parówka gotowana 80g (SOJ, MLE, GOR) Serek śmietankowy 20g (MLE) Pomidor 50g Kakao naturalne 200ml	
	II SN	-		Jabłko 60g	
	OB	Rosół z makaronem 250g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Pieczona sztuka mięsa drobiowego w sosie własnym 150g (GLU, MLE, SEL) Gotowana fasolka szparagowa 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: 1984 kcal, B: 87g, T: 79g, kw.tł.nasy.: 31,87g, W: 241g, w tym cukry: 26,27g, Bł: 27,42g, Sód: 2828mg		E: 2006 kcal, B: 87g, T: 79g, kw.tł.nasy.: 31,81g, W: 246g, w tym cukry: 25,42g, Bł: 22,66g, Sód: 2755mg		E: 2172 kcal, B: 91g, T: 83g, kw.tł.nasy.: 29,38g, W: 272g, w tym cukry: 25,46g, Bł: 38,12g, Sód: 2978mg	

Poniedziałek 18-05-26	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	Zupa koperkowa 250g (SEL, GOR) Ziemniaki gotowane 200g Klops duszony z mięsa mieszanego w sosie własnym 150g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Buraczki 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: 2005 kcal, B: 85g, T: 68g, kw.tł.nasy.: 21,63g, W: 247g, w tym cukry: 19,29g, Bł: 23,87g, Sód: 2453mg		E: 1997 kcal, B: 85g, T: 67g, kw.tł.nasy.: 21,62g, W: 246g, w tym cukry: 19,93g, Bł: 19,43g, Sód: 2485mg		E: 2230 kcal, B: 98g, T: 70g, kw.tł.nasy.: 28,93g, W: 269g, w tym cukry: 20,03g, Bł: 33,29g, Sód: 2799mg	

Wtorek 19-05-26	SN	Chleb pszenno-żytni 60g (GLU) Chleb graham 30g (GLU) Masło ekstra 10g (MLE) Twarożek z jogurtem 80g (MLE) Połędwica sopocka 20g (GOR) Dżem 20g 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) Pieczywo mieszane 60g (GLU) Leczo z warzywami 200g (GLU, MLE, SEL)	Zupa pomidorowa z ryżem 250g (SEL, MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz wieprzowy gotowany 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: 1893 kcal, B: 89g, T: 59g, kw.tł.nasy.: 24,53g, W: 254g, w tym cukry: 21,81g, Bł: 22,63g, Sód: 4232mg		E: 1927 kcal, B: 111g, T: 53g, kw.tł.nasy.: 26,30g, W: 255g, w tym cukry: 21,99g, Bł: 22,34g, Sód: 3436mg		E: 2034 kcal, B: 119g, T: 57g, kw.tł.nasy.: 27,69g, W: 272g, w tym cukry: 44,33g, Bł: 34,81g, Sód: 3795mg

**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; LUB - łubin i produkty pochodne; MCK - mięczaki i pochodne