

**PIĄTEK 01.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), rolada ustrzycka (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), rolada ustrzycka (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), ser żółty wegański (40 g) (6), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), rolada ustrzycka (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Budyń waniliowy z musem pomarańczowym (200 ml) (1,5,7,8)
<b>OBIAD</b>	Jarzynowa z makaronem (300 ml) (1,9) Ryba pieczona z sosem cytrynowo-ziółowym (100g) (1,3,4) Ziemniaki puree (200 g) (7) Marchewka gotowana na gęsto (100g) (1) Kompot wiśniowy (300 ml)	Jarzynowa z makaronem (300 ml) (1,9) Ryba pieczona z sosem cytrynowo-ziółowym (100g) (1,3,4) Ziemniaki puree (200 g) (7) Marchewka gotowana (100g) Kompot wiśniowy (300 ml)	Jarzynowa z makaronem (300 ml) (1,9) Ryba pieczona z sosem cytrynowo-ziółowym (100g) (1,3,4) Ziemniaki puree (200 g) (7) Marchewka gotowana na gęsto (100g) (1) Kompot wiśniowy (300 ml)	Jarzynowa z makaronem (300 ml) (1,9) Ryba pieczona z sosem cytrynowo-ziółowym (100g) (1,3,4) Ziemniaki puree (200 g) (7) Marchewka gotowana (100g) Kompot wiśniowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (7), sałata (5g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (7), (sałata 5g)	Pieczywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), sałatka żydowska (120 g) (6), (sałata 5g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (7), (sałata 5g)

**PONIEDZIAŁEK 04.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo graham, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Serek wiejski ze szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Serek wiejski ze szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), smalczyk z fasoli z jabłkiem (70 g), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Serek wiejski ze szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Owsianka z musem z jabłka (200 g) (1,7)
<b>OBIAD</b>	Barszcz biały z ziemniakami (300 ml) (1,9) Leczo z kielbaską drobiową (300 g) (1,6,7,9,10,11,12) Ryż brązowy (100 g) Kompot jabłkowy (300 ml)	Barszcz biały z ziemniakami (300 ml) (1,9) Leczo z kielbaską drobiową (300 g) (1,6,7,9,10,11,12) Ryż brązowy (100 g) Kompot jabłkowy (300 ml)	Barszcz biały z ziemniakami (300 ml) (1,9) Leczo z kielbaską drobiową (300 g) (1,6,7,9,10,11,12) Ryż brązowy (100 g) Kompot jabłkowy (300 ml)	Barszcz biały z ziemniakami (300 ml) (1,9) Leczo z kielbaską drobiową (300 g) (1,6,7,9,10,11,12) Ryż brązowy (100 g) Kompot jabłkowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka jarzynowa (120 g) (10),	Pieczywo wieloziałiste, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka jarzynowa (120 g) (3,10),	Pieczywo wieloziałiste, ze słonecznikiem (80 g) z masłem roślinnym (20 g), Sałatka jarzynowa (120 g)	Pieczywo pszenne, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka jarzynowa (120 g)

WTOREK 05.12.2023

	LATWOSTRAWNA	CUKRZYCOWA	BEZMLECZNA	WYSOKOBIAŁKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Twaróg krojony (40 g) (7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), (1,6,7,9,10,11,12), Twaróg krojony (40 g) (7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), Szyńka drobiowa (50 g) (1,6,7,9,10,11,12), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), (1,6,7,9,10,11,12), Twaróg krojony (40 g) (7), sałata, ogórek świeży (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Koktajl tropikalny (maślanka, banan, ananas, wiórki kokosowe) (200g) (5,7,8)
<b>OBIAD</b>	Krem z zielonych warzyw z grzankami (300 ml) (1,9) Udko opiekane w ziołach z sosem potrawkowym (80 g/ 70 ml) (1) Ziemniaczki pieczone (200 g) Sałata ze śmietaną i koperkiem (100 g) (7) Kompot truskawkowy (300 ml)	Krem z zielonych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi (300 ml) (1,9) Udko opiekane w ziołach z sosem potrawkowym (80 g/ 70 ml) (1) Ziemniaki pieczone (200 g) Sałata ze śmietaną i koperkiem (100 g) (7) Kompot truskawkowy (300 ml)	Krem z zielonych warzyw z grzankami (300 ml) (1,9) Udko opiekane w ziołach z sosem potrawkowym (80 g/ 70 ml) (1) Ziemniaczki pieczone (200 g) Sałata ze śmietaną wegańską i koperkiem (100 g) Kompot truskawkowy (300 ml)	Krem z zielonych warzyw z grzankami (300 ml) (1,9) Udko opiekane w ziołach z sosem potrawkowym (80 g/ 70 ml) (1) Ziemniaczki pieczone (200 g) Sałata ze śmietaną i koperkiem (100 g) (7) Kompot truskawkowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), pasta jajeczna z koperkiem (60g) (3), Sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1)z masłem (20 g) (7), pasta jajeczna z koperkiem (60g) (3), Sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), pasta jajeczna z koperkiem (60g) (3), Sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), pasta jajeczna z koperkiem (60g) (3), Sałata, pomidor (40 g)

**ŚRODA 06.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczycywo pszenne, żytnie (40 g) (1) z masłem (20 g)(7), mozzarella (30 g) (7), pesto (10) (1), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczycywo pszenne, żytnie (40 g) (1) z masłem (20 g)(7), mozzarella (30 g) (7), pesto (10) (1), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczycywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), hummus naturalny (60 g) (6), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczycywo pszenne, żytnie (40 g) (1) z masłem (20 g)(7), mozzarella (30 g) (7), pesto (10) (1), sałata, papryka świeża (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Bułeczka maślana (200 g) (1,3,7)
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) (9) Pierogi ze szpinakiem i bułeczką (250 g) (1,3) Mix warzyw na ciepło (100 g) Kompot z owoców leśnych (300 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) (9) Pierogi ruskie ze śmietaną (250 g/70ml) (1,3,7) Mix warzyw na ciepło (100 g) Kompot z owoców leśnych(300 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) (9) Pierogi ze szpinakiem i bułeczką (250 g) (1,3) Mix warzyw na ciepło (100 g) Kompot z owoców leśnych (300 ml)	Barszcz czerwony z ziemniakami (300 ml) (9) Pierogi ze szpinakiem i bułeczką (250 g) (1,3) Mix warzyw na ciepło (100 g) Kompot z owoców leśnych (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczycywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Kielbaska szynkowa (40g) (1,6,7,9,10,11,12 (7), pomidor (40 g)	Pieczycywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Kielbaska szynkowa (40g) (1,6,7,9,10,11,12), pomidor (40 g)	Pieczycywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), Kielbaska szynkowa (40g) (1,6,7,9,10,11,12), pomidor (40 g)	Pieczycywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Kielbaska szynkowa (40g) (1,6,7,9,10,11,12), , pomidor (40 g)

**CZWARTEK 07.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), serek wegański do smarowania (70 g) (6), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (60 g) (7), sałata, pomidor (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Omlet z wędliną drobiową (200g) (1,3,6,7,9,10,11,12)
<b>OBIAD</b>	Zupa jarzynowa z zacierką (300 ml) (1,3,9) Duszona bitka schabowa w sosie chrzanowo-śmietanowym (80 g/ 70 ml) (1,7) Kasza kuskus (200 g) (1) Marchew z groszkiem na gęsto (100g) (1) Kompot malinowy (300 ml)	Zupa jarzynowa z zacierką (300 ml) (1,3,9) Duszona bitka schabowa w sosie chrzanowo-śmietanowym (80 g/ 70 ml) (1,7) Kasza kuskus (200 g) (1) Marchew z groszkiem na gęsto (100g) (1) Kompot malinowy (300 ml)	Zupa jarzynowa z zacierką (300 ml) (1,3,9) Duszona bitka schabowa w sosie chrzanowym na śmietanie wegańskiej (80 g/ 70 ml) (1) Kasza kuskus (200 g) (1) Marchew z groszkiem na gęsto (100g) (1) Kompot malinowy (300 ml)	Zupa jarzynowa z zacierką (300 ml) (1,3,9) Duszona bitka schabowa w sosie chrzanowo-śmietanowym (80 g/ 70 ml) (1,7) Kasza kuskus (200 g) (1) Marchew z groszkiem na gęsto (100g) (1) Kompot malinowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), kaszanka (1 szt.) (1,6,7,9,10,11, 12), pomidor (40 g)	Pieczywo wieloziałiste, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), kaszanka (1 szt.) pomidor (40 g)	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), kaszanka (1 szt.) (1,6,7,9,10,11,12), pomidor (40 g)	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), kaszanka (1 szt.) (1,6,7,9,10,11, 12), pomidor (40 g)

**PIĄTEK 08.12.2023**

	<b>PODSTAWOWA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) twaróg krojony (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), twaróg krojony (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), hummus (70 g) (6), sałata, papryka świeża (60 g)	Pieczywo wieloziałiste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), twaróg krojony (40 g) (7), sałata, papryka świeża (60 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Płatki ryżowe na mleku (200 g) (1,3,7)
<b>OBIAD</b>	Krupnik z kaszą jęczmienną (300 ml) (1,9) Ryba zapiekana z brokułami i serem mozzarella (150g) (1,4,7) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka colesław (100 g) (3) Kompot wiśniowy (300 ml)	Krupnik z kaszą jęczmienną (300 ml) (1,9) Ryba zapiekana z brokułami i serem mozzarella (150g) (1,4,7) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka colesław (100 g) (3) Kompot wiśniowy (300 ml)	Krupnik z kaszą jęczmienną (300 ml) (1,9) Ryba zapiekana z brokułami i serem wegańskim (150g) (1,4) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka colesław (100 g) (3) Kompot wiśniowy (300 ml)	Krupnik z kaszą jęczmienną (300 ml) (1,9) Ryba zapiekana z brokułami i serem mozzarella (150g) (1,4,7) Ziemniaki z koperkiem (200 g) Surówka colesław (100 g) (3) Kompot wiśniowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka niemiecka z wędliną (120 g) (1,6,7,9,10,11,12)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka niemiecka z wędliną (120 g) (1,6,7,9,10,11,12)	Pieczywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), sałatka niemiecka z wędliną (120 g) (1,6,7,9,10,11,12)	Pieczywo pszenne, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka niemiecka z wędliną (120 g) (1,6,7,9,10,11,12)