

**PONIEDZIAŁEK 11.12.2023**

	<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) (7szynka gotowana drobiowa (40 g) (1,6,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), szynka gotowana drobiowa (40 g) (1,6,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (120 g)(1) z masłem roślinnym (20 g), szynka gotowana drobiowa (50 g) (1,6,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo graham, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7) szynka gotowana drobiowa (40 g) (1,6,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Pieczywo pszenne z serkiem śmietankowym i koperkiem (200g) (1,4,10)
<b>OBIAD</b>	Krem pieczarkowy zabieleny z groszkiem ptysiowym (300 ml) (1,3,7,9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym (300g/100ml) (1,9) Sałata z sosem winegret (100 g) (10) Kompot malinowy (300 ml)	Krem pieczarkowy zabieleny z groszkiem ptysiowym (300 ml) (1,3,7,9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym (300g/100ml) (1,9) Sałata z sosem winegret (100 g) (10) Kompot malinowy (300 ml)	Krem pieczarkowy niezabieleny z groszkiem ptysiowym (300 ml) (1,3,9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym (300g/100ml) (1,9) Sałata z sosem winegret (100 g) (10) Kompot malinowy (300 ml)	Krem pieczarkowy zabieleny z groszkiem ptysiowym (300 ml) (1,3,7,9) Risotto mięsno-warzywne z sosem pomidorowym (300g/100ml) (1,9) Sałata z sosem winegret (100 g) (10) Kompot malinowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka z brokuła (120 g)	Pieczywo wieloziałiste, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka z brokuła (120 g),	Pieczywo wieloziałiste, ze słonecznikiem (80 g) z masłem roślinne (20 g) ,Sałatka z brokuła (120 g)	Pieczywo pszenne, ze słonecznikiem (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Sałatka z brokuła (120 g),

WTOREK 12.12.2023

	LATWOSTRAWNA	CUKRZYCOWA	BEZMLECZNA	WYSOKOBIAŁKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), jajko na twardo z sosem tzatziki 1,5szt. (3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), jajko na twardo z sosem tzatziki 1,5szt. (3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), jajko na twardo z majonezem i koperkiem 2szt. (3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), jajko na twardo z sosem tzatziki 1,5szt. (3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Koktajl jagodowy (maślanka, jagody, banan, zmielone migdały) (200 g) (5,7,8)
<b>OBIAD</b>	Zupa grysikowa z natką pietruszki (300 ml) (1,9) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym jasnym (80 g/ 70ml) (1,9) Ziemniaczki pieczone (200 g) Kapusta czerwona na ciepło (100 g) Kompot truskawkowy (300 ml)	Zupa grysikowa z natką pietruszki (300 ml) (1,9) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym jasnym (80 g/ 70ml) (1,9) Ziemniaczki pieczone (200 g) Kapusta czerwona na ciepło (100 g) Kompot truskawkowy (300 ml)	Zupa grysikowa z natką pietruszki (300 ml) (1,9) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym jasnym (80 g/ 70ml) (1,9) Ziemniaczki pieczone (200 g) Kapusta czerwona na ciepło (100 g) Kompot truskawkowy (300 ml)	Zupa grysikowa z natką pietruszki (300 ml) (1,9) Szarpana wieprzowina w sosie pieczeniowym jasnym (80 g/ 70ml) (1,9) Ziemniaczki pieczone (200 g) Kapusta czerwona na ciepło (100 g) Kompot truskawkowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Pasztet drobiowy (50g)(1,6,7,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Pasztet drobiowy (50g)(1,6,7,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), Pasztet drobiowy (50g) (1,6,7,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), Pasztet drobiowy (50g)(1,6,7,9,10,11,12), sałata, pomidor (40 g)

**ŚRODA 13.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo ze słonecznikiem, pszenne (40 g) (1) z masłem (20 g) (7), Ser twarogowy chudy (30 g) (7), dżem morelowy (50 g) (1), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, pszenne (40 g) (1) z masłem (20 g) (7), Ser twarogowy chudy (30 g) (7), dżem morelowy (50 g) (1), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, pszenne (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), serek wegański (60 g) (7), dżem morelowy (60 g) (1), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo ze słonecznikiem, pszenne (40 g) (1) z masłem (20 g) (7), Ser twarogowy chudy (30 g) (7), dżem morelowy (50 g) (1), sałata, pomidor (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Serek homogenizowany z jabłkiem prażonym z cynamonem (200g) (1,7)
<b>OBIAD</b>	Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml) (1,9) Placki ziemniaczane ze śmietaną i koperkiem (3 szt./70g) (1,3,7) Surówka z marchwi i jabłka (100g) Kompot gruszkowy (300 ml)	Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml) (1,9) Placki ziemniaczane ze śmietaną i koperkiem (3 szt./70g) (1,3,7) Surówka z marchwi i jabłka (100g) Kompot gruszkowy (300 ml)	Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml) (1,9) Placki ziemniaczane ze śmietaną wegańską i koperkiem (3 szt./70g) (1,3,6) Surówka z marchwi i jabłka (100g) Kompot gruszkowy (300 ml)	Zupa pomidorowa z makaronem (300 ml) (1,9) Placki ziemniaczane ze śmietaną i koperkiem (3 szt./70g) (1,3,7) Surówka z marchwi i jabłka (100g) Kompot gruszkowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo wieloziarniste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), pasta z makreli (60 g) (4), sałata, ogórek konserwowy (40 g) (10),	Pieczywo wieloziarniste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), pasta z makreli (60 g) (4), sałata, ogórek konserwowy (40 g),	Pieczywo wieloziarniste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g) pasta z makreli (60 g) (4), sałata, ogórek konserwowy (40 g)	Pieczywo wieloziarniste, orkiszowe (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), pasta z makreli (60 g) (4), sałata, ogórek konserwowy (40 g) (10),

**CZWARTEK 14.12.2023**

	<b>LATWOSTRAWNA</b>	<b>CUKRZYCOWA</b>	<b>BEZMLECZNA</b>	<b>WYSOKOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pieczywo żytnie, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), serek śmietankowy z chrzanem (60g) (7), (1,4,6,9,10,11,12), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczywo żytnie, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), serek śmietankowy z chrzanem (60g) (7), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczywo żytnie, wieloziałiste (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), pasta ze słonecznika z pomidorami (70g) (8,9,10), sałata, papryka świeża (40 g)	Pieczywo żytnie, wieloziałiste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), serek śmietankowy z chrzanem (60g) (7), sałata, papryka świeża (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Omlet z pomidorkami (200 g) (3)
<b>OBIAD</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (9) Łazanki z kapustą i kielbaską drobiową (400 g) (1,6,7,9,10,11,12) Kompot jabłkowy (300 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (9) Łazanki z kapustą i kielbaską drobiową (400 g) (1,6,7,9,10,11,12) Kompot jabłkowy (300 ml)	Zupa koperkowa z ziemniakami (300 ml) (9) Łazanki z kapustą i kielbaską drobiową (400 g) (1,6,7,9,10,11,12) Kompot jabłkowy (300 ml)	Zupa koperkowa zmiksowana z ziemniakami (300 ml) (9) Puree z łazanek z kapustą i kielbaską drobiową (450 g) (1,6,7,9,10,11,12) Kompot jabłkowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), krokiot z mięsem (1 szt.) (1,3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo orkiszowe, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7) krokiot z mięsem (1 szt.) (1,3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), krokiot z mięsem (1 szt.) (1,3), sałata, ogórek świeży (40 g)	Pieczywo pszenne, graham (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), krokiot z mięsem (1 szt.) (1,3,7), sałata, ogórek świeży (40 g)

**PIĄTEK 15.12.2023**

	<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), kielbaska śniadaniowa (1 szt.) (1,6,7,9,10,11,12), ketchup (10 g) (1), musztarda (10g) (10), , sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), kielbaska śniadaniowa (1 szt.) (1,6,7,9,10,11,12), ketchup (10 g) (1), musztarda (10g) (10), (7), sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (120 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), kielbaska śniadaniowa (1 szt.) (1,6,7,9,10,11,12),ketchup (10 g) (1), musztarda (10g) (10, sałata, pomidor (40 g)	Pieczywo orkiszowe, żytnie (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), kielbaska śniadaniowa (1 szt.) (1,6,7,9,10,11,12), ketchup (10 g) (1), musztarda (10g) (10), sałata, pomidor (40 g)
<b>II ŚNIADANIE</b>				Bułeczka maślana z miodem (200g) (1,3,7)
<b>OBIAD</b>	Krem z dyni z grzankami (300 ml) (1,7,9) Ryba w cieście z sosem koperkowym (100 g/ 70ml) (1,4,7) Ziemniaki puree (200 g) Szpinak duszony ze śmietanką (100 g) (7) Kompot wieloowocowy (300 ml)	Krem z dyni z grzankami (300 ml) (1,7,9) Ryba w cieście z sosem koperkowym (100 g/ 70ml) (1,4,7) Ziemniaki puree (200 g) Szpinak duszony ze śmietanką (100 g) (7) Kompot wieloowocowy (300 ml)	Krem z dyni z grzankami (300 ml) (1,7,9) Ryba w cieście z sosem koperkowym (100 g/ 70ml) (1,4,7) Ziemniaki puree (200 g) Szpinak duszony (100 g) Kompot wieloowocowy (300 ml)	Krem z dyni z grzankami (300 ml) (1,7,9) Ryba w cieście z sosem koperkowym (150 g/ 70ml) (1,4,7) Ziemniaki puree (200 g) Szpinak duszony ze śmietanką (100 g) (7) Kompot wieloowocowy (300 ml)
<b>KOLACJA</b>	Pieczywo żytnie, wieloziarniste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (3),	Pieczywo żytnie, wieloziarniste (80 g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (3),	Pieczywo żytnie, wieloziarniste (80 g) (1) z masłem roślinnym (20 g), sałatka żydowska (120 g) (3),	Pieczywo żytnie, wieloziarniste (80g) (1) z masłem (20 g) (7), sałatka żydowska (120 g) (3),

