

**Jadłospis dekadowy od 11.03. - 31.03.2025r**  
**Szczecin USK2**

<b>Dzień</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta Łatwostrawna</b>	<b>Dieta Cukrzycowa</b>	<b>Dieta dziecięca</b>
<b>Wt.</b>	Śniadanie	Kawa z mlekiem /Herbata 250ml <b>(MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Bułka grahamka 1szt-70g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> wędlna 40g <b>(SOJ)</b> jajko 1szt-50g <b>(JAJ)</b> mix sałat 50g pomarańcza 150g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml <b>(MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Bułka grahamka 1szt-70g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> wędlna 40g <b>(SOJ)</b> jajko 1szt-50g <b>(JAJ)</b> mix sałat 50g pomarańcza 150g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> wędlna 40g <b>(SOJ)</b> jajko 1szt-50g <b>(JAJ)</b> mix sałat 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata owocowa 250ml <b>(MLE)</b> Bułka grahamka 1szt-70g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> wędlna 40g <b>(SOJ)</b> jajko 1szt-50g <b>(JAJ)</b> mix sałat 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g <b>(MLE)</b> pomarańcza 150g	pomarańcza 150g
	Obiad	Kalafiorowa 300ml <b>(MLE, SEL, GLU PSZ,)</b> Ziemniaki 200g Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami i oliwkami w sosie szpinakowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SO2)</b> Surówka po żydowsku 150g Herbata owoce leśne 250ml	Kalafiorowa 300ml <b>(MLE, SEL, GLU PSZ,)</b> Ziemniaki 200g Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami i oliwkami w sosie szpinakowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SO2)</b> Marchew baby z sezamem Herbata owoce leśne 250ml	Kalafiorowa 300ml <b>(MLE, SEL, GLU PSZ,)</b> Ziemniaki 200g Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami i oliwkami w sosie szpinakowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SO2)</b> Surówka po żydowsku 150g Herbata b/c 250ml	Kalafiorowa 300ml <b>(MLE, SEL, GLU PSZ,)</b> Ziemniaki 100g Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami i oliwkami w sosie szpinakowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SO2)</b> Surówka po żydowsku 100g Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek/posiłek			Chleb razowy 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Wędlna 40g <b>(SOJ)</b> Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt-150g <b>(MLE)</b>
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Twarożek 120g <b>(MLE)</b> Dżem 1szt-25g Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb graham 60g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Twarożek 120g <b>(MLE)</b> Dżem 1szt-25g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> twarożek naturalny 120g <b>(MLE)</b> Twarożek 120g <b>(MLE)</b> Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Twarożek 120g <b>(MLE)</b> Dżem 1szt-25g Papryka 80g
<b>Śr</b>	Śniadanie	herbata 250ml Chleb graham 30g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Bułka kajzerka 1szt-60g <b>(GLU PSZ)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Kokajł serwatkowy 1szt-250ml <b>(MLE)</b> Wędlna 60g <b>(SOJ)</b> rzodkiewka 50g rukola 10g	Herbata 250ml Chleb graham 30g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Bułka kajzerka 1szt-60g <b>(GLU PSZ)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Kokajł serwatkowy 1szt-250ml <b>(MLE)</b> Wędlna 60g <b>(SOJ)</b> rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g <b>((GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlna 60g <b>(SOJ)</b> rzodkiewka 50g rukola 10g	herbata owocowa 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g <b>(GLU PSZ)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlna 60g <b>(SOJ)</b> rzodkiewka 50g rukola 10g
	II śniadanie			Skyr naturalny 1szt-150g <b>(MLE)</b>	Kokajł serwatkowy 1szt-250ml <b>(MLE)</b>
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Ziemniaki 200g Filet drobiowy panierowany smażony 100g <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ)</b> Surówka porowa 150g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Ziemniaki 200g Filet drobiowy duszony w sosie z zielonego groszku 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Bukiet warzyw 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Ziemniaki 200g Filet drobiowy duszony w sosie z zielonego groszku 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Surówka porowa 150g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b> Ziemniaki 100g Filet drobiowy panierowany smażony 100g <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ)</b> Surówka porowa 100g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata dzika róża/ jabłko 250ml

	Podwieczorek/ Posiłek			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 30g	Jabłko 130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Mix sałat 50g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek 50g
Czw	Śniadanie	Kakao / herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) mix sałat 50g kiwi 1szt-100g	Kakao / herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) mix sałat 50g kiwi 1szt-100g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) mix sałat 50g	Kakao / herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) mix sałat 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150ml ( <b>MLE</b> ) kiwi 1szt-100g	Kiwi 1szt-100g
	Obiad	Barszcz biały 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU ŻYT</b> ) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,MLE</b> ) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Barszcz biały 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU ŻYT</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Schab duszony w sosie własnym 100g/120 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,MLE</b> ) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Barszcz biały 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU ŻYT</b> ) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,MLE</b> ) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Barszcz biały 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE, GLU ŻYT</b> ) Kasza gryczana 100g Schab duszony w sosie własnym 100g/120 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,MLE</b> ) Sałatka z buraczków 100g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek/ Posiłek			Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt-100ml ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) rukola 10g sałatka jarzynowa 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) rukola 10g sałatka jarzynowa 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) rukola 10g sałatka jarzynowa 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) rukola 10g sałatka jarzynowa 60g ( <b>JAJ, GOR</b> )
Pt.	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Syr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 120g Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Syr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 120g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 120g Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 60g Papryka 80g
	II śniadanie			Jogurt owocowy b/cukru 1szt-150g ( <b>MLE</b> )	Syr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )

	Obiad	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g /120ml ( <b>RYB, SEL, GLU PSZ</b> ) Surówka colesław 150 ( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata owoce leśne 250ml	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g /120ml ( <b>RYB, SEL, GLU PSZ</b> ) Kalaflor duszony 150g Herbata owoce leśne 250ml	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g /120ml ( <b>RYB, SEL, GLU PSZ</b> ) Surówka colesław 150 ( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata b/c 250ml	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) Ziemniaki 100g Kotlet rybny smażony 100g ( <b>RYB, MLE, GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka colesław 100 ( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczerek / posiłek			Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiewka 30g	Pomarańcza 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Sok z marchwi 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Sok z marchwi 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Sok z marchwi 200ml
Sob	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Jabłko 150g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Jabłko gotowane 150g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g	Kawa z mlekiem/ Herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g	Jogurt owocowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Jarzynowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata malinowa 250ml	Jarzynowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Marche baby duszona z pietruszką 150g Herbata malinowa 250ml	Jarzynowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata b/c 250ml	Jarzynowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza jęczmienna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 100g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczerek / posiłek			Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 30g	Jabłko 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) sałatka bawarska 60g ( <b>JAJ, GOR</b> )

Nd.	Śniadanie	Kakao/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Rukola 10g Pomidor 2szt-100g	Kakao/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Rukola 10g Pomidor 2szt-100g	Kakao/ Herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Rukola 10g Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g (MLE)	Skyr jagodowy 1szt-150g (MLE)
	Obiad	Grochowa 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pietruszkowa z zacierką 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Bukiet warzyw 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Grochowa 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 150g Herbata b/c 250ml	Grochowa 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 100g Klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml
	Podwieczorek / posiłek			Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Papryka 30g	Mandarynka 130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Mix sałat 50g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Mix sałat 50g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata b/c250ml Chleb graham 90g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Mix sałat 50g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Mix sałat 50g Sok wielowarzywny 200ml
Pon	Śniadanie	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Powidła 1szt-30g Rzodkiewka 50g	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Powidła 1szt-30g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Powidła 1szt-30g Rzodkiewka 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150 ml (MLE)	Jogurt owocowy 1szt-150ml (MLE)
	Obiad	Żurek 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 200g Potrawka drobiowa z ciecierzycą, papryka i pieczarkami 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 150g (MLE) Herbata owoce leśne 250ml	Żurek 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż biały 200g Potrawka drobiowa z pomidorami 200g (GLU PSZ, SEL) Brokuły duszone 150g Herbata owoce leśne 250ml	Żurek 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 200g Potrawka drobiowa z ciecierzycą, papryka i pieczarkami 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 150g (MLE) Herbata b/c 250ml	Żurek 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 100g Potrawka drobiowa z ciecierzycą, papryka i pieczarkami 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 100g (MLE) Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek / posiłek			Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30 (MLE) Rukola 10g	Jabłko 150g

	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( <b>GLU PSZ, RYB, SEL</b> ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( <b>GLU PSZ, RYB, SEL</b> ) Mix sałat 50g	Herbata b/c250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( <b>GLU PSZ, RYB, SEL</b> ) Ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( <b>GLU PSZ, RYB, SEL</b> ) Ogórek 50g
Wt	Śniadanie	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150 ml ( <b>MLE</b> )	Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Barszcz czerwony 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki 200g Kotlet mielony 100g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Marchew z groszkiem 150g herbata owoce leśne 250 ml	Barszcz czerwony 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie koperkowym 100g/120ml( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi 150g ( <b>MLE</b> ) herbata owoce leśne 250 ml	Barszcz czerwony 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie koperkowym 100g/120ml( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi 150g ( <b>MLE</b> ) herbata b/c 250 ml	Barszcz czerwony 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki 100g Kotlet mielony 100g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Marchew z groszkiem 100g herbata owoce leśne 250 ml
	Podwieczorek/posiłek			Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g	Mandarynka 130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko gotowane 150g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g
Śr	Śniadanie	Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata b/c 250ml Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g
	II śniadanie			Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Minestrone z makaronem 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) ziemniaki 200g kurczak pieczony 150g surówka meksykańska 150g Herbata malinowa 250ml	Minestrone z makaronem 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) ziemniaki 200g kurczak duszony w sosie potrawkowym 150g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) bukiet warzyw 150g Herbata malinowa 250ml	Minestrone z makaronem 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) ziemniaki 200g kurczak duszony 150g surówka meksykańska 150g Herbata 250ml	Minestrone z makaronem 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> ) ziemniaki 100g kurczak pieczony 150g surówka meksykańska 100g Herbata malinowa 250ml

	Podwieczerek/ Posiłek			Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 30g	Kiwi 1szt-100g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) wędlna 40 g ( <b>SOJ</b> ) ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) wędlna 40 g ( <b>SOJ</b> ) mix sałat 50g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) wędlna 40 g ( <b>SOJ</b> ) ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) wędlna 40 g ( <b>SOJ</b> ) ogórek 50g
Czw	Śniadanie	Kakao/ herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Banan 1szt-130g	Kakao/ herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Banan 1szt-130g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g	Kakao/ herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 60g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150 ml ( <b>MLE</b> ) Banan 1szt-130g	Banan 1szt-130g
	Obiad	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SELMLE</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Wątróbka drobiowa z cebulką w sosie 200g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) sałatka z buraczków 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250 ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SELMLE</b> ) Kasza jęczmienna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy naturalny 200g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) sałatka z buraczków 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250 ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SELMLE</b> ) Kasza jęczmienna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy naturalny 200g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) sałatka z buraczków 100g Herbata b/c 250 ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, SELMLE</b> ) Kasza jęczmienna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy naturalny 200g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) sałatka z buraczków 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250 ml
	Podwieczerek/ Posiłek			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g	Jogurt owocowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka makaronowa z pomidorami i oliwkami 120g ( <b>GLU PSZ, SO2, JAJ, GOR</b> )	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka makaronowa z pomidorami i oliwkami 120g ( <b>GLU PSZ, SO2, JAJ, GOR</b> )	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka makaronowa z pomidorami i oliwkami 120g ( <b>GLU PSZ, SO2, JAJ, GOR</b> )	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka makaronowa z pomidorami i oliwkami 120g ( <b>GLU PSZ, SO2, JAJ, GOR</b> )
pt	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) Papryka 80g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )

	Obiad	Pomidorowa z ryżem 300ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Ziemniaki 200g Ryba panierowana smażona 100g ( <b>RYB, JAJ, MLE, GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie cytrynowo-koperkowym ( <b>RYB, JAJ, MLE, GLU PSZ</b> ) Fasolka szparagowa 150g Herbata malinowa 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie cytrynowo-koperkowym ( <b>RYB, JAJ, MLE, GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 150g Herbata malinowa 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml <b>(GLU PSZ, SEL, MLE)</b> Ziemniaki 100g Kotlet rybny panierowana smażona 100g ( <b>RYB, JAJ, MLE, GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 100g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek/Posiłek			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Rzodkiewka 30g	Pomarańcza 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 120g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g
<b>Sob</b>	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Mix sałat 50g Jabłko 150g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Mix sałat 50g Jabłko gotowane 150g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Mix sałat 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Mix sałat 50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g	Jabłko 150g
	Obiad	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Potrawka drobiowa duszony z cukinia i marchewką 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Potrawka drobiowa duszony z cukinia i marchewką 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Kalafor duszony 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Potrawka drobiowa duszony z cukinia i marchewką 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata b/c 250ml	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Kasza jęczmienna 100g ( <b>GLU PSZ</b> ) Potrawka drobiowa duszony z cukinia i marchewką 200g ( <b>SEL MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml
	Podwieczorek/Posiłek			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 30g	Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 120g ( <b>MLE, SO2</b> ) Sok wielowarzywny 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 120g ( <b>MLE, SO2</b> ) Sok wielowarzywny 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 120g ( <b>MLE, SO2</b> ) Sok wielowarzywny 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 120g ( <b>MLE, SO2</b> ) Sok wielowarzywny 200ml

<b>Nd</b>	Śniadanie	Kakao / Herbata 250ml <b>(MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Ser żółty 60g <b>(MLE)</b> Rukola 10g Pomidor 2szt-100g	Kakao / Herbata 250ml <b>(MLE)</b> Chleb pszenno-żytni 90g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlina 60g <b>(SOJ)</b> Rukola 10g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Ser żółty 60g <b>(MLE)</b> Rukola 10g Pomidor 2szt-100g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Ser żółty 60g <b>(MLE)</b> Rukola 10g Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g <b>(MLE)</b>	Mandarynka 130g
	Obiad	Jarzynowa 300ml <b>(MLE, GLU PSZ, SEL)</b> Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie pomidorowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL)</b> Surówka porowa 150g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata owoce leśne 250ml	Jarzynowa 300ml <b>(MLE, GLU PSZ, SEL)</b> Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie pomidorowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL)</b> Marchew baby z pietruszką 150g Herbata owoce leśne 250ml	Jarzynowa 300ml <b>(MLE, GLU PSZ, SEL)</b> Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie pomidorowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL)</b> Surówka porowa 150g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata b/c 250ml	Jarzynowa 300ml <b>(MLE, GLU PSZ, SEL)</b> Ziemniaki 100g Roladka drobiowa w sosie pomidorowym 100g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL)</b> Surówka porowa 100g <b>(JAJ, GOR)</b> Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek/Posiłek			Chleb razowy 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Wędlina 40g <b>(SOJ)</b> Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt-150g <b>(MLE)</b>
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlina 60g <b>(SOJ)</b> Dżem 1szt-25g Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlina 60g <b>(SOJ)</b> Dżem 1szt-25g Mix sałat 50g	Herbata 250ml Chleb graham 90g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlina 60g <b>(SOJ)</b> Mix sałat 50g Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb graham 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Wędlina 60g <b>(SOJ)</b> Dżem 1szt-25g Rzodkiewka 50g
<b>Pon</b>	Śniadanie	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Jogurt owocowy 1szt-150ml <b>(MLE)</b> Twarożek z pietruszką 120g <b>(MLE)</b> Papryka 80g	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Jogurt owocowy 1szt-150ml <b>(MLE)</b> Twarożek z pietruszką 120g <b>(MLE)</b> Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Twarożek z pietruszką 120g <b>(MLE)</b> Papryka 80g	herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b> Twarożek z pietruszką 120g <b>(MLE)</b> Papryka 80g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150ml <b>(MLE)</b> Jabłko 150g	Jogurt owocowy 1szt-150ml <b>(MLE)</b>
	Obiad	Barszcz czerwony 300ml <b>(MLE,SEL, GLU PSZ)</b> Ryż pełnoziarnisty 200g Gulasz drobiowy duszony z zielonym groszkiem 200g <b>(GLU PSZ, SELMLE)</b> Surówka z marchwi 150g <b>(MLE)</b> Herbata malinowa 250ml	Barszcz czerwony 300ml <b>(MLE,SEL, GLU PSZ)</b> Ryż biały y 200g Gulasz drobiowy duszony z zielonym groszkiem 200g <b>(GLU PSZ, SELMLE)</b> Surówka z marchwi 150g <b>(MLE)</b> Herbata malinowa 250ml	Barszcz czerwony 300ml <b>(MLE,SEL, GLU PSZ)</b> Ryż pełnoziarnisty 200g Gulasz drobiowy duszony z zielonym groszkiem 200g <b>(GLU PSZ, SELMLE)</b> Surówka z marchwi 150g <b>(MLE)</b> Herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 300ml <b>(MLE,SEL, GLU PSZ)</b> Ryż pełnoziarnisty 100g Gulasz drobiowy duszony z zielonym groszkiem 200g <b>(GLU PSZ, SELMLE)</b> Surówka z marchwi 100g <b>(MLE)</b> Herbata malinowa 250ml
	Podwieczerek/Posiłek nocy			Chleb razowy 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b> Masło 10g <b>(MLE)</b> Ser żółty 30g <b>(MLE)</b> Mix sałat 30g	Pomarańcza 150g



	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z łososiem i tołąpygą 1szt-110g ( <b>GLU PSZ, RYB</b> ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z łososiem i tołąpygą 1szt-110g ( <b>GLU PSZ, RYB</b> ) Mix sałat 50g	Herbata 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z łososiem i tołąpygą 1szt-110g ( <b>GLU PSZ, RYB</b> ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z łososiem i tołąpygą 1szt-110g ( <b>GLU PSZ, RYB</b> ) Ogórek 50g
<b>Wt</b>	Śniadanie	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g kiwi 1szt-100g	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g kiwi 1szt-100g	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g kiwi 1szt-100g	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Bułka grahamka 1szt-70g ( <b>GLU PSZ, )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) wędlna 40g ( <b>SOJ</b> ) jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> ) mix sałat 50g
	II Śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g( <b>MLE</b> ) Kiwi 1szt-100g	kiwi 1szt-100g
	Obiad	Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Ziemniaki 200g Kotlet schabowy smażony 100g ( <b>JAJ MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Ziemniaki 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuły duszony 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Ziemniaki 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> ) Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GIU Żyt</b> ) Ziemniaki 100g Kotlet schabowy smażony 100g ( <b>JAJ MLE, GLU PSZ, )</b> Sałatka z czerwonej kapusty 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml
	Podwieceki/ Posiłki nocny			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Papryka 30g	Jogurt owocowy b/cukru 150g ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g( <b>MLE</b> ) Sok pomidorowy 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g( <b>MLE</b> ) Sok pomidorowy 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g( <b>MLE</b> ) Sok pomidorowy 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g( <b>MLE</b> ) Sok pomidorowy 200ml
	<b>Śr</b>	Śniadanie	herbata 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka kajzerka 1szt-60g ( <b>GLU PSZ )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Kokajł serwatkowy 1szt-250ml ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) rzodkiewka 50g rukola 10g	herbata 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka kajzerka 1szt-60g ( <b>GLU PSZ )</b> Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Kokajł serwatkowy 1szt-250ml ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Pomidor sparzony 2szt-100g	herbata b/c 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Kokajł serwatkowy 1szt-250ml ( <b>MLE</b> ) Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> ) rzodkiewka 50g rukola 10g
II Śniadanie				Skyr naturalny 1szt-150g( <b>MLE</b> )	Kokajł serwatkowy 1szt-250ml ( <b>MLE</b> )

	Obiad	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Kurczak duszony z pasatą pomidorową i oliwkami 150g/120ml ( MLE, GLU PSZ,SEL ) Surówka meksykańska 150g Herbata owoce leśne 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Kurczak duszony z pasatą pomidorową i oliwkami 150g/120ml ( MLE, GLU PSZ,SEL ) Fasolka szparagowa 150g Herbata owoce leśne 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Kurczak duszony z pasatą pomidorową i oliwkami 150g/120ml ( MLE, GLU PSZ,SEL ) Surówka meksykańska 150g Herbata b/c 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 100g Kurczak duszony z pasatą pomidorową i oliwkami 150g/120ml ( MLE, GLU PSZ,SEL ) Surówka meksykańska 100g Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieceń/ Posiłek nocy			Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g ( MLE) Papryka 30g	Jabłko 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g (JAJ) Wędlina 40g ( SOJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( MLE, GOR)	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g (JAJ) Wędlina 40g ( SOJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( MLE, GOR)	Herbata 250ml Chleb graham 90g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g ( JAJ) Wędlina 40g ( SOJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( MLE, GOR)	Herbata 250ml Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g (JAJ) Wędlina 40g ( SOJ) Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( MLE, GOR)
czw	Śniadanie	Kakao/ herbata 250ml ( MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ, ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g ( MLE) Mix sałat 50g Banan 1szt-130g	Kakao/ herbata 250ml ( MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ, ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g ( MLE) Mix sałat 50g Banan 1szt-130g	herbata b/c 250ml Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ, ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g ( MLE) Mix sałat 50g	Kakao/ herbata 250ml ( MLE) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ, ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g ( MLE) Mix sałat 50g
	Śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( MLE) Banan 1szt-130g	Banan 1szt-130g
	Obiad	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż biały 200g Roladka z piersi z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml (MLE, GLU PSZ,SEL ) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż biały 200g Roladka z piersi z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml (MLE, GLU PSZ,SEL ) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż pełnoziarnisty 200g Roladka z piersi z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml (MLE, GLU PSZ,SEL ) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż biały 100g Roladka z piersi z kurczaka ze szpinakiem w sosie naturalnym 100g/120ml (MLE, GLU PSZ,SEL ) Sałatka z buraczków 100g Herbata malinowa 250ml
	Podwieceń/ Posiłek nocy			Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g ( SOJ) Ogórek 30g	Jogurt owocowy 1szt-15g ( MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g ( SOJ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g ( SOJ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g ( SOJ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g	Herbata 250ml Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g ( SOJ) Rukola 10g Konfitura pomidorowa 100g

<b>Pt</b>	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 120g ( <b>JAJ, GOR</b> ) pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 45g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem i ciecierzycą 120g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Papryka 80g
	Śniadanie			Skyr naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> )	Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, RYB )</b> Surówka porowa 150g( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, RYB )</b> Kalafior duszony 150g Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie greckim 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, RYB )</b> Surówka porowa 150g( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata b/c 250ml	Szczawiowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 100g Kotlet rybny smażony 100g ( <b>GLU PSZ,JAJ, MLE, RYB )</b> Surówka porowa 100g( <b>JAJ, GOR</b> ) Herbata dzika róża/jabłko 250ml
	Podwieczek/ Positek nocy			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g	Jabłko 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Mix sałat 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Mix sałat 50g	Herbata 250ml Chleb graham 90g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g	Herbata 250ml Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Dżem 1szt-25g Mix sałat 50g
<b>sob</b>	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g Jabłko 150g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g Jabłko gotowane 150g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Twarożek 60g ( <b>MLE</b> ) Rukola 10g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 150g	Jabłko 150g
	Obiad	Grochowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Kasza gryczana 200g Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata owoce leśne 250ml	Koperkowa z zacierką 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Fasolka szparagowa 150g Herbata owoce leśne 250ml	Grochowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Kasza gryczana 200g Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Sałatka z czerwonej kapusty 150g Herbata b/c 250ml	Grochowa 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Kasza gryczana 100g Gulasz drobiowy duszony naturalny 200g ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE</b> ) Sałatka z czerwonej kapusty 100g Herbata owoce leśne 250ml

	Podwieczorek /positek nocny			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 30g	Skyr jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> )	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> )	Herbata 250ml Chleb graham 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> )	Herbata 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Sałatka bawarska 60g ( <b>JAJ, GOR, SEL</b> )
<b>Nd</b>	Śniadanie	Kakao / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Pomidor 1szt-50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Pomidor sparzony 1szt-50g	Herbata 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Pomidor 1szt-50g	Kakao / Herbata 250ml ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60g ( <b>MLE</b> ) Mix sałat 50g Pomidor 1szt-50g
	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> )	Jogurt owocowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Pieczeń rzymska w sosie naturalnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ</b> ) Surówka wiejska 150g Herbata malinowa 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Pieczeń rzymska w sosie naturalnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ</b> ) Brokuły duszone 150g Herbata malinowa 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 200g Pieczeń rzymska w sosie naturalnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ</b> ) Surówka wiejska 150g Herbata b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, )</b> Ziemniaki 100g Pieczeń rzymska w sosie naturalnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ</b> ) Surówka wiejska 100g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek/positek nocny			Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> ) Papryka 30g	Kiwi 1szt- 100g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb graham 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml
<b>pon</b>	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 85g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Powidła 1szt-30g Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Powidła 1szt-30g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z pietruszką 120g ( <b>MLE</b> ) Powidła 1szt-30g Rzodkiewka 50g

	II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt-150g ( MLE)	Jogurt owocowy 1szt-150g ( MLE)
	Obiad	Barszcz biały 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml( GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ ) Sałatka z buraczków 150g Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Barszcz biały 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowym 100g/120ml( GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ ) Sałatka z buraczków 150g Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Barszcz biały 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml( GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ ) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Barszcz biały 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ziemniaki 100g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml( GLU PSZ,SEL, MLE, JAJ ) Sałatka z buraczków 100g Herbata dzika róża/jabłko 250ml
	Podwieczorek/posiłek nocny			Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g ( MLE) Mix sałat 30g	Pomarańcza 150g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( RYB, GLU PSZ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 60g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( RYB, GLU PSZ) Mix sałat 50g	Herbata b/c 250ml Chleb graham 90g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( RYB, GLU PSZ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g ( RYB, GLU PSZ) Ogórek 50g