

**Jadłospis dekadowy od 01.05. - 10.05.2024r**  
**Szczecin SPSK2**

| <b>Dzień</b>                 | <b>Posiłek</b>       | <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta Łatwostrawna</b>   | <b>Dieta Cukrzycowa</b>   | <b>Dieta dziecięca</b>  |
|------------------------------|----------------------|--|---|---|---|
| <b>01.05.</b><br><b>Śr</b>   | Śniadanie            | Herbata 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>Ogórek 50g<br>Serek porzeczkowy 100g ( <b>MLE</b> )  | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>Mix sałat 50g<br>Serek porzeczkowy 100g ( <b>MLE</b> )  | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>Ogórek 50g   | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>Ogórek 50g  |
|                              | II śniadanie         |  |   | Serek porzeczkowy 100g ( <b>MLE</b> )   | Serek porzeczkowy 100g ( <b>MLE</b> )   |
|                              | Obiad                | Barszcz biały 300ml ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ, )</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kotlet mielony smażony 100g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Surówka koperkowa 150g ( <b>JAJ, GOR</b> )<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml   | Barszcz biały 300ml ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ, )</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kotlet mielony pieczony w sosie pomidorowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )<br>Fasolka szparagowa 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml   | Barszcz biały 300ml ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ, )</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kotlet mielony pieczony w sosie pomidorowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )<br>Surówka koperkowa 150g ( <b>JAJ, GOR</b> )<br>Herbata b/c 250ml | Barszcz biały 300ml ( <b>MLE, SEL, GLU PSZ, )</b><br>Ziemniaki 100g<br>Kotlet mielony smażony 100g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Surówka koperkowa 100g ( <b>JAJ, GOR</b> )<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml  |
|                              | Podwieczorek/posiłek |  |   | Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 30g ( <b>SOJ</b> )<br>Mix sałat 30g   | Skyr naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> )   |
|                              | Kolacja              | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g ( <b>MLE</b> )<br>Pomarańcza 150g   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g ( <b>MLE</b> )<br>Pomarańcza 150g  | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g ( <b>MLE</b> )<br>Pomarańcza 150g   | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g ( <b>MLE</b> )<br>Pomarańcza 150g  |
| <b>02.05</b><br><b>Czw .</b> | Śniadanie            | Kakao/ herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>pomidor 2szt-100g<br>rukola 10g<br>Prażone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> ) | Kakao/ herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>pomidor sparzony 2szt-100g<br>rukola 10g<br>Prażone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> ) | Herbata b/c 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>pomidor 2szt-100g                             | Kakao/ herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>pomidor 2szt-100g |
|                              | II śniadanie         |  |   | Prażone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )   | Prażone jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )   |
|                              | Obiad                | Kalafiorowa 300ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kasza gryczana 200g<br>Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>sałatka z buraczków 150g<br>Herbata malinowa 250ml  | Kalafiorowa 300ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>sałatka z buraczków 150g<br>Herbata malinowa 250ml  | Kalafiorowa 300ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kasza gryczana 200g<br>Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>sałatka z buraczków 150g<br>Herbata b/c 250ml                                    | Kalafiorowa 300ml ( <b>MLE, GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kasza gryczana 100g<br>Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>sałatka z buraczków 100g<br>Herbata malinowa 250ml   |

|                |                      |  |  |   |  |
|----------------|----------------------|--|--|---|--|
|                | Podwieczorek/Posiłek |  |  | Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło 10g (MLE)<br>Twarożek z koperkiem 40g (MLE)  | Mandaryna 100g   |
|                | Kolacja              | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>wędlina 40g (SOJ)<br>sałatka jarzynowa 120g (JAJ, GOR)                              | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>wędlina 40g (SOJ)<br>sałatka jarzynowa 120g (JAJ, GOR)   | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>wędlina 40g (SOJ)<br>sałatka jarzynowa 120g (JAJ, GOR)   | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>wędlina 40g (SOJ)<br>sałatka jarzynowa 120g (JAJ, GOR)   |
| 03.05.<br>PT . | Śniadanie            | Kawa z mlekiem / herbata 250ml (MLE)<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Ser żółty 60g (MLE)<br>mix sałat 50g<br>kiwi 1szt-100g                                  | Kawa z mlekiem /herbata 250ml (MLE)<br>Chleb pszenno-żytni 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb graham 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Twarożek naturalny 120g (MLE)<br>mix sałat 50g<br>kiwi 1szt-100g                                   | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g<br>Ser żółty 60g (MLE)<br>mix sałat 50g<br>kiwi 1szt-100g   | Kawa z mlekiem/herbata owocowa 250ml (MLE)<br>Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Ser żółty 60g (MLE)<br>mix sałat 50g<br>kiwi 1szt-100g                      |
|                | II śniadanie         |  |  | Jogurt naturalny z truskawką i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU OWS)   | Jogurt naturalny z truskawką i płatkami owsianymi 200g (MLE, GLU OWS)  |
|                | Obiad                | Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE)<br>Ziemniaki 200g<br>Ryba duszona w sosie pietruszkowym 100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, RYB)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 150g (JAJ, GOR)<br>Herbata owoce leśne 250ml | Koperkowa z zacierką 300ml(GLU PSZ, SEL, MLE)<br>Ziemniaki 200g<br>Ryba duszona w sosie pietruszkowym 100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, MLE SEL)<br>Marchew duszona 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml  | Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE)<br>Ziemniaki 200g<br>Ryba duszona w sosie pietruszkowym 100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, MLE SEL)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 150g (JAJ, GOR)<br>Herbata b/c 250ml | Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE)<br>Ziemniaki 100g<br>Kotlet rybny 100g ( RYB, JAJ, MLE, GLU PSZ)<br>Surówka z kapusty kiszzonej 100g (JAJ, GOR)<br>Herbata owoce leśne 250ml                                |
|                | Podwieczorek/Posiłek |  |  | Chleb razowy 70g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło 10g (MLE)<br>pasta drobiowo-twarogowa z koperkiem 40g (MLE, SOJ)   | Kiwi 100g  |
|                | Kolacja              | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Rukola 10g<br>Sok wielowarzywny 200ml                          | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Rukola 10g<br>Sok wielowarzywny 200ml   | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Rukola 10g<br>Sok wielowarzywny 200ml   | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Rukola 10g<br>Sok wielowarzywny 200ml   |
| 04.05<br>Sob . | Śniadanie            | Herbata 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Jajko 1szt-50g(JAJ)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Pomidor 2szt-100g<br>Serek z lnem i płatkami owsianymi 100g (MLE)  | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g(GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb graham 30g ((GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Jajko 1szt-50g(JAJ)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Pomidor sparzony 2szt -100g<br>Serek z lnem i płatkami owsianymi 100g (MLE) | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Jajko 1szt-50g(JAJ)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Pomidor 2szt-100g                                      | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT)<br>Masło porcjowane 1szt-10g (MLE)<br>Jajko 1szt-50g(JAJ)<br>Wędlina 60g (SOJ)<br>Pomidor 2szt-100g |
|                | II śniadanie         |  |  | Serek z lnem i płatkami owsianymi 100g (MLE)  | Serek z lnem i płatkami owsianymi 100g (MLE)   |

|               |                        |   |   |  |   |
|---------------|------------------------|---|---|--|---|
|               | Obiad                  | Szczawiowa 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Roladka drobiowa z marchewką w sosie naturalnym 120g/100ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE SEL</b> )<br>Surówka po żydowsku 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml | Szczawiowa 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Kasza jęczmienna 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Roladka drobiowa z marchewką w sosie naturalnym 120g/100ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE SEL</b> )<br>Kalafior duszony 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml  | Szczawiowa 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Kasza pęczak 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Roladka drobiowa z marchewką w sosie naturalnym 120g/100ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE SEL</b> )<br>Surówka po żydowsku 150g<br>Herbata b/c 250ml | Szczawiowa 300ml( <b>GLU PSZ, SEL, MLE</b> )<br>Kasza pęczak 100g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Roladka drobiowa z marchewką w sosie naturalnym 120g/100ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE SEL</b> )<br>Surówka po żydowsku 100g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml                         |
|               | Podwieczorek / positek |   |   | Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z pietruszką 40g ( <b>MLE</b> )   | Pomarańcza 150g   |
|               | Kolacja                | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Dżem 1szt-25g<br>Pomarańcza 150g                   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Dżem 1szt-25g<br>Pomarańcza 150g                     | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>Pomarańcza 150g  | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Dżem 1szt-25g<br>Rukola 10g  |
| 05.05<br>ND . | Śniadanie              | Herbata 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g<br>Ciastko kokosowe 1szt                                       | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> )<br>Mix sałat 50g<br>Ciastko kokosowe 1szt | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g<br>Ciastko kokosowe 1szt                     | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek naturalny 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g<br>Ciastko kokosowe 1szt |
|               | II śniadanie           |   |   | Jogurt naturalny z porzeczką i płatkami owsianymi 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )   | Jogurt naturalny z porzeczką i płatkami owsianymi 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )  |
|               | Obiad                  | Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos mięsny z soczewicą ala bolognese pomidorowy 200g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 150g<br>Herbata malinowa 250 ml                         | Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Makaron penne 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos mięsny z soczewicą ala bolognese pomidorowy 200g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 150g<br>Herbata malinowa 250 ml                                    | Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 200g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos mięsny z soczewicą ala bolognese pomidorowy 200g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 150g<br>Herbata b/c 250ml                | Żurek 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos mięsny z soczewicą ala bolognese pomidorowy 200g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Bukiet warzyw 100g<br>Herbata malinowa 250 ml   |
|               | Podwieczorek / positek |   |   | Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 30g ( <b>SOJ</b> )<br>Mix sałat 30g   | Pomarańcz 150g  |
|               | Kolacja                | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta rybna z warzywami 120g ( <b>RYB, SEL, GOR, GLU PSZ</b> )<br>Jabłko 150g   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g (( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta rybna z warzywami 120g ( <b>RYB, SEL, GOR, GLU PSZ</b> )<br>Jabłko 150g    | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta rybna z warzywami 120g ( <b>RYB, SEL, GOR, GLU PSZ</b> )<br>Jabłko 150g                                       | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta rybna z warzywami 120g ( <b>RYB, SEL, GOR, GLU PSZ</b> )<br>Jabłko 150g   |

|                        |                        |  |   |   |  |
|------------------------|------------------------|--|---|---|--|
| <b>06.05.<br/>Pon.</b> | Śniadanie              | Kakao/ Herbata 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Wędlina 60g <b>(SOJ)</b><br>Rukola 10g<br>Pomidor 2szt -100g<br>Jogurt naturalny z mango i płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b> | Kakao/ Herbata 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb pszenno-żytni 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb graham 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Wędlina 60g <b>(SOJ)</b><br>Rukola 10g<br>Pomidor sparzony 2szt -100g<br>Jogurt naturalny z mango i płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b> | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Wędlina 60g <b>(SOJ)</b><br>Rukola 10g<br>Pomidor 2szt -100g                   | Kakao/ Herbata owocowa 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Wędlina 60g <b>(SOJ)</b><br>Rukola 10g<br>Pomidor 2szt -100g             |
|                        | II śniadanie           |  |   | Jogurt naturalny z mango i płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b>  | Jogurt naturalny z mango i płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b>   |
|                        | Obiad                  | Barszcz czerwony 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Ryż pełnoziarnisty 200ml<br>Gulasz drobiowy duszony w curry 200g (100g mięsa) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Fasolka szparagowa 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml  | Barszcz czerwony 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Ryż biały 200ml<br>Gulasz drobiowy duszony w curry 200g (100g mięsa) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Fasolka szparagowa 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml  | Barszcz czerwony 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Ryż pełnoziarnisty 200ml<br>Gulasz drobiowy duszony w curry 200g (100g mięsa) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Fasolka szparagowa 150g<br>Herbata b/c 250ml | Barszcz czerwony 300ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Ryż pełnoziarnisty 100ml<br>Gulasz drobiowy duszony w curry 200g (100g mięsa) <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Fasolka szparagowa 100g<br>Herbata owoce leśne 250ml  |
|                        | Podwieczorek / posiłek |  |   | Chleb razowy 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło 10g <b>(MLE)</b><br>Pasta rybna z warzywami 40g <b>(RYB, SEL, GOR, GLU PSZ)</b>   | Kiwi 100g  |
|                        | Kolacja                | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb razowy 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Pasta z jaj z pietruszką 120g <b>(JAJ, GOR)</b><br>Sok z marchwi 200ml   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb graham 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Pasta z jaj z pietruszką 120g <b>(JAJ, GOR)</b><br>Sok z marchwi 200ml  | Herbata b/c250ml<br>Chleb razowy 90g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Pasta z jaj z pietruszką 120g <b>(JAJ, GOR)</b><br>Sok z marchwi 200ml                            | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Pasta z jaj z pietruszką 120g <b>(JAJ, GOR)</b><br>Sok z marchwi 200ml   |
| <b>07.05.<br/>Wt.</b>  | Śniadanie              | Kawa z mlekiem / herbata 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Ser żółty 60g <b>(MLE)</b><br>Mix sałat 50g<br>Mandarynka 100g   | Kawa z mlekiem / herbata 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb pszenno-żytni 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb graham 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Wędlina 60g <b>(SOJ)</b><br>mix sałat 50g<br>Mandarynka 100g  | Herbata b/c 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Ser żółty 60g <b>(MLE)</b><br>Mix sałat 50g<br>Mandarynka 100g                | Kawa z mlekiem / herbata owocowa 250ml <b>(MLE)</b><br>Chleb pszenno-żytni 30g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło porcjowane 1szt-10g <b>(MLE)</b><br>Ser żółty 60g <b>(MLE)</b><br>Mix sałat 50g<br>Mandarynka 100g |
|                        | II śniadanie           |  |   | Jogurt naturalny z owocami leśnymi płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b>  | Jogurt naturalny z owocami leśnymi płatkami owsianymi 200g <b>(MLE, GLU OWS)</b>   |
|                        | Obiad                  | Rosół z makaronem 300ml <b>(SEL, GLU PSZ)</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kurczak pieczony 130g<br>Surówka meksykańska 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml   | Rosół z makaronem 300ml <b>(SEL, GLU PSZ)</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kurczak duszony w sosie potrawkowym 130g/120ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL)</b><br>Brokuły duszone 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml  | Rosół z makaronem 300ml <b>(SEL, GLU PSZ)</b><br>Ziemniaki 200g<br>Kurczak duszony 130g<br>Surówka meksykańska 150g<br>Herbata b/c 250ml  | Rosół z makaronem 300ml <b>(SEL, GLU PSZ)</b><br>Ziemniaki 100g<br>Kurczak pieczony 130g<br>Surówka meksykańska 100g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml   |
|                        | Podwieczorek / posiłek |  |   | Chleb razowy 60g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT)</b><br>Masło 10g <b>(MLE)</b><br>Pasta z jaj z pietruszką 40g <b>(JAJ, GOR)</b>  | Jabłko 150g  |

|                 |                     |  |   |  |   |
|-----------------|---------------------|--|---|--|---|
|                 | Kolacja             | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> )<br>Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( <b>MLE</b> )<br>Rukola 10g       | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> )<br>Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( <b>MLE</b> )<br>Rukola 10g  | Herbata b/c250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> )<br>Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( <b>MLE</b> )<br>Rukola 10g | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 1szt-50g ( <b>JAJ</b> )<br>Wędlna 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Sos jogurtowy z groszkiem 80g ( <b>MLE</b> )<br>Rukola 10g                            |
| 08.05<br>Śr .   | Śniadanie           | Herbata 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor 2szt-100g<br>Rukola 10g<br>Skrz jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor sparzony 2szt-100g<br>Rukola 10g<br>Skrz jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )  | Herbata b/c250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor 2szt-100g<br>Rukola 10g  | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Pomidor 2szt-100g<br>Rukola 10g                              |
|                 | II śniadanie        |  |   | Skrz naturalny 1szt-150g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1szt-150g  | Skrz jagodowy 1szt-150g ( <b>MLE</b> )  |
|                 | Obiad               | Krupnik 300ml ( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>ziemniaki 200g<br>klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )<br>sałatka z buraczków 150g<br>Herbata malinowa 250ml   | Krupnik 300ml ( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>ziemniaki 200g<br>klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )<br>sałatka z buraczków 150g<br>Herbata malinowa 250ml  | Krupnik 300ml ( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>ziemniaki 200g<br>klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )<br>Sałatka z buraczków 150g<br>Herbata b/c 250ml  | Krupnik 300ml ( <b>GLU PSZ,SEL</b> )<br>ziemniaki 100g<br>klopsiki drobiowe w sosie koperkowym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE, JAJ</b> )<br>sałatka z buraczków 100g<br>Herbata malinowa 250ml  |
|                 | Podwieczorek/posiek |  |   | Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowo-drobiowa z koperkiem 40g ( <b>MLE, SOJ</b> )   | Pomarańcza 150g   |
|                 | Kolacja             | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> )<br>Mix sałat 50g   | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g  | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa z papryką 120g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 50g  |
| 09.05.<br>Czw . | Śniadanie           | Kakao/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>dżem 1szt-25g<br>mix sałat 50g<br>Prażona jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> ) | Kakao/ Herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 60g( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>dżem 1szt-25g<br>mix sałat 50g<br>Prażona jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> ) | Herbata b/c 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>mix sałat 50g  | Kakao/ Herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>wędlna 60g ( <b>SOJ</b> )<br>dżem 1szt-25g<br>mix sałat 50g |
|                 | II śniadanie        |  |   | Prażona jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )  | Prażona jabłko z cynamonem i jogurtem naturalnym 200g ( <b>MLE, GLU OWS</b> )   |

|              |                          |   |   |   |  |
|--------------|--------------------------|---|---|---|--|
|              | Obiad                    | Jarzynowa 300ml ( <b>SEL, GLU PSZ, GLU Żyt</b> )<br>Ryż 200g<br>Bitka z piersi indyka duszona w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml   | Jarzynowa 300ml ( <b>SEL, GLU PSZ, GLU Żyt</b> )<br>Ryż 200g<br>Bitka z piersi indyka duszona w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml   | Jarzynowa 300ml ( <b>SEL, GLU PSZ, GLU Żyt</b> )<br>Ryż pełnoziarnisty 200g<br>Bitka z piersi indyka duszona w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi 150g<br>Herbata b/c 250ml            | Jarzynowa 300ml ( <b>SEL, GLU PSZ, GLU Żyt</b> )<br>Ryż 100g<br>Bitka z piersi indyka duszona w sosie własnym 100g/120ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Surówka z marchwi 150g<br>Herbata owoce leśne 250ml  |
|              | Podwieczorek/<br>Posiłek |   |   | Chleb razowy 70g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta twarogowa z papryką 40g ( <b>MLE</b> )  | Kiwi 100g  |
|              | Kolacja                  | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> ) | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )                           | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )                    | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 40g ( <b>SOJ</b> )<br>Rukola 10g<br>Sałatka bawarska 120g ( <b>JAJ, GOR</b> )  |
| 10.05.<br>Pt | Śniadanie                | Kawa z mlekiem / herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>pomidor 2szt-100g<br>banan 1szt-130g                    | Kawa z mlekiem / herbata 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>Pomidor sparzony 2szt-100g<br>banan 1szt-130g | Herbata b/c 250ml<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 115g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>pomidor 2szt-100g<br>banan 1szt-130g                | Kawa z mlekiem / herbata owocowa 250ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko 2szt-100g ( <b>JAJ</b> )<br>pomidor 2szt-100g<br>banan 1szt-130g |
|              | II śniadanie             |   |   | Serek z owocami leśnymi i płatkami owsianymi 100g ( <b>MLE</b> )  | Serek z owocami leśnymi i płatkami owsianymi 100g ( <b>MLE</b> )   |
|              | Obiad                    | Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, , SEL, )</b> ziemniaki 200g<br>ryba smażona 100g ( <b>JAJ, GLU PSZ, MLE, RYB</b> )<br>sałatka z czerwonej kapusty 150g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml   | Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, , SEL, )</b> ziemniaki 200g<br>ryba duszona w sosie cytrynowo-koperkowym 100g/120ml ( <b>JAJ, GLU PSZ, MLE, RYB</b> )<br>kalafior duszony 150g<br>Herbata b/c 250ml  | Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, , SEL, )</b> ziemniaki 200g<br>ryba duszona w sosie cytrynowo-koperkowym 100g/120ml ( <b>JAJ, GLU PSZ, MLE, RYB</b> )<br>sałatka z czerwonej kapusty 150g<br>Herbata b/c 250ml | Pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU PSZ, , SEL, )</b> ziemniaki 100g<br>kotlet rybny 100g ( <b>JAJ, GLU PSZ, MLE, RYB</b> )<br>sałatka z czerwonej kapusty 100g<br>Herbata dzika róża/ jabłko 250ml  |
|              | Podwieczorek/<br>Posiłek |   |   | Chleb razowy 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło 10g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek 30g  | Mandarynka 100g  |
|              | Kolacja                  | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Papryka 80g   | Herbata 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb graham 30g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Mix sałat 50g   | Herbata b/c 250ml<br>Chleb razowy 90g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Papryka 80g  | Herbata owocowa 250ml<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło porcjowane 1szt-10g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina 60g ( <b>SOJ</b> )<br>Papryka 80g  |