

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Mandarynki 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> , Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u> , Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u> , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> , Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Mandarynki 1 szt
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> , Ziemniaki z koperkiem () 300 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Ziemniaki z koperkiem () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> , Ziemniaki z koperkiem () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , Hummus 50 g (<u>SEZ</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Papryka konserwowa 50 g	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u> , Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2516.72 kcal; B: 86.91 g; T: 92.63 g; W: 346.28 g;	E: 2338.30 kcal; B: 108.71 g; T: 62.89 g; W: 340.01 g;	E: 2246.56 kcal; B: 108.97 g; T: 75.25 g; W: 296.13 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa		
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ.) Salata zielona 10 g	
		Obiad	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kasza jęczmienna/sypko 300 g (GLU JĘCZ.) Kalań gotowany* 150 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)
			PD		Maślanka 150 ml (MLE.)
			Kolacja	Rzodkiew biała 50 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Ser topiony 25g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretki drobiowa z ud* 100 g (SEL.) Twarożek 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g
	E: 1834.22 kcal; B: 91.18 g; T: 60.80 g; W: 236.75 g;	E: 2220.86 kcal; B: 110.73 g; T: 47.70 g; W: 345.77 g;	E: 1794.84 kcal; B: 98.63 g; T: 61.85 g; W: 219.18 g;		

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-11-29 środa	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 5 g Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki () 300 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SO2,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Udziec z indyka b/s b/k 100 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki () 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki () 300 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SO2,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE,)
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Ser mozzarella 30 g (MLE,) Salata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ogonówka wieprzowa, wędzona, parzona z dodaną wodą białkiem sojowym i białkiem wieprzowym w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Ser mozzarella 30 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ,) Ser mozzarella 30 g (MLE,) Salata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2068.79 kcal; B: 81.95 g; T: 54.89 g; W: 324.97 g;	E: 2035.24 kcal; B: 95.47 g; T: 45.03 g; W: 319.30 g;	E: 2095.01 kcal; B: 93.20 g; T: 59.46 g; W: 313.48 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa		
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłazce jadalnej - na ciepło 80 g Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ketchup 20 g (SEL.) Mandarynki 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 50 g Mandarynki 1 szt	
		Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Zraz zawijany wp ze schabu 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 300 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 300 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
			Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek Fromage 40 g (GLU PSZ, MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Salatka jarzynowa - dieta () 60 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Salata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	E: 2505.73 kcal; B: 86.88 g; T: 109.90 g; W: 303.22 g;	E: 2418.01 kcal; B: 106.22 g; T: 71.99 g; W: 349.11 g;	E: 2194.98 kcal; B: 88.30 g; T: 75.96 g; W: 306.57 g;		

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-01 piątek	Sniadanie	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,_) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,_) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,_) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,_) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,_) Twarożek 70 g (MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Mandarynki 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Pieczarkowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_) Ziemniaki () 200 g Mintaj panierowany kostka. 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,_) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB,_) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JE CZ,_) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_) Ziemniaki () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB,_) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,_)
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,_)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,_) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE,_) Pomidor 30 g Papryka konserwowa 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,_) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE,_) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,_) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE,_) Pomidor 30 g Papryka konserwowa 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,_)
	E: 2399.41 kcal; B: 100.84 g; T: 75.69 g; W: 342.90 g;	E: 2077.75 kcal; B: 98.58 g; T: 50.24 g; W: 310.11 g;	E: 1946.33 kcal; B: 115.16 g; T: 61.46 g; W: 248.37 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Gruszka 1szt. 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 70 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u> ,) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bifka z fileta kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki () 300 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bifka z fileta kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem () 150 g Ziemniaki () 300 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bifka z fileta kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki () 300 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u> ,) Hummus 70 g (<u>SEZ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u> ,) Hummus 70 g (<u>SEZ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Pomidor 50 g
		E: 2222.89 kcal; B: 95.67 g; T: 65.21 g; W: 330.11 g;	E: 2189.68 kcal; B: 96.51 g; T: 52.59 g; W: 347.19 g;	E: 2151.01 kcal; B: 100.52 g; T: 66.16 g; W: 307.64 g;

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Mandarynki 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 40 g (MLE.) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Salata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jaglana na sypko 100 g Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jaglana na sypko 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Mandarynki 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2186.51 kcal; B: 103.45 g; T: 86.08 g; W: 264.64 g;	E: 1819.88 kcal; B: 91.09 g; T: 55.61 g; W: 243.02 g;	E: 1848.35 kcal; B: 112.89 g; T: 75.05 g; W: 195.98 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 300 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem () 300 g Brokuł gotowany* 150 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 300 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (<u>SOJ</u>)
	E: 2366.68 kcal; B: 101.78 g; T: 76.19 g; W: 335.09 g;	E: 2054.96 kcal; B: 102.90 g; T: 48.97 g; W: 312.07 g;	E: 2149.70 kcal; B: 114.17 g; T: 62.27 g; W: 300.87 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Połudwiczna drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Połudwiczna drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Szynka Połudwiczna drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 300 g Sos chrzanowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SOJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 150 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Wielowarzynna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki puree () 300 g (MLE.) Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
PD			Maślanka 150 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (RYB, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Ser żółty 30 g (MLE.)
		E: 2820.45 kcal; B: 108.29 g; T: 102.14 g; W: 386.44 g;	E: 2577.73 kcal; B: 105.06 g; T: 73.52 g; W: 386.51 g;	E: 2384.77 kcal; B: 105.86 g; T: 86.12 g; W: 317.44 g;

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-06 środa	Śniadanie	Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, _</u>) Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE, _</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE, _</u>) Miód (25g) 1 szt Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Pomidor 50 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE, _</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, _</u>) Gruszka 1szt. 150 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 300 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sos bazyliowy () 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE, _</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, _</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Pomidor 50 g	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, _</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, _</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, _</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
		E: 2088.96 kcal; B: 104.20 g; T: 62.37 g; W: 284.87 g;	E: 2200.90 kcal; B: 100.03 g; T: 46.67 g; W: 353.31 g;	E: 1922.92 kcal; B: 107.16 g; T: 58.29 g; W: 254.35 g;

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-07 czwartek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,) Twarożek z natką 40 g (MLE,) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,) Twarożek z natką 40 g (MLE,) Papryka konserwowa 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Salata zielona 10 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami jajkiem i kielbasą () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 70 ml (GLU PSZ, MLE, GOR,) Ziemniaki () 300 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 300 g Kalańior gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)
	Kolacja	Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ,) Ser topiony 25g 1 szt (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2058.72 kcal; B: 93.61 g; T: 60.95 g; W: 294.00 g;	E: 2385.81 kcal; B: 103.63 g; T: 49.06 g; W: 390.22 g;	E: 1840.96 kcal; B: 92.61 g; T: 53.23 g; W: 260.69 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Południcowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Serek Fromage 50g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50g Gruszka 1szt. 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bulka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Południcowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ser mozzarella 50g (MLE.) Pomidor 50g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Południcowa drobiowa z dodatkiem mięsa wieprzowego, białka mleka z połączonych kawałków mięsa. 40g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Serek Fromage 50g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50g Gruszka 1szt. 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mintaj panierowany kostka. 120g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.) Ziemniaki () 300g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki () 200g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Marchew gotowana z olejem () 150g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki () 300g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150g
	PD			Biszkopty b/c 30g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50g (JAJ, MLE.) Ser żółty 30g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb pszenny 100g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50g (JAJ, MLE.) Twarożek 50g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50g (JAJ, MLE.) Ser żółty 30g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g
		E: 2414.89 kcal; B: 91.36g; T: 86.60g; W: 330.20g;	E: 2201.01 kcal; B: 101.48g; T: 61.09g; W: 321.43g;	E: 2252.97 kcal; B: 97.48g; T: 75.37g; W: 311.65g;

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa		
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Śląska wieprzowa drobno rozdrobniona wysokowydajna wędzona w osłócze jadalnej - na ciepło 80 g Ser żółty 40 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ketchup 20 g (SEL.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek wiejski ziemisty 200g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
		Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zraz zawijany wp ze schabu 120 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.)	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 300 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Jabłko 1 szt 1 szt
2023-12-10 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	
		E: 2509.24 kcal; B: 91.94 g; T: 113.44 g; W: 289.06 g;	E: 2394.98 kcal; B: 106.91 g; T: 71.85 g; W: 342.17 g;	E: 2164.39 kcal; B: 88.66 g; T: 82.00 g; W: 281.05 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki () 300 g Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser zółty 50 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	
		E: 2132.76 kcal; B: 94.50 g; T: 64.59 g; W: 305.24 g;	E: 2135.49 kcal; B: 103.51 g; T: 48.92 g; W: 326.42 g;	E: 2047.45 kcal; B: 119.72 g; T: 61.97 g; W: 264.81 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Bł. - Błonnik pokarmowy,
Ener. z B - % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
Ener. z W - % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,