

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-13 poniedziałek	Śniadanie	Serek wiejski ziarnisty 200g 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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Platki 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 półtusty 40 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )	Serek wiejski ziarnisty 200g 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> ) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Cytryna 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 300 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 300 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Podplomyki b/c 25 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 40 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	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> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 40 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Pomidor 50 g Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 40 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Rzodkiew biała 50 g Cytryna 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	E: 2302.20 kcal; B: 110.25 g; T: 88.54 g; W: 282.05 g;	E: 2314.00 kcal; B: 98.19 g; T: 62.32 g; W: 353.75 g;	E: 2307.46 kcal; B: 119.67 g; T: 83.55 g; W: 289.59 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-14 wtorek	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ) Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) 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) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Kasza gryczana 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Sos śmietanowo-musztardowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, GOR) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Marchewkowa z ziemniakami () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Ziemniaki () 200 g Kalańior gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Ziemniaki () 300 g Kalańior gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT) 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) Ser topiony 30 g (MLE) 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 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Serek homo. naturalny 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) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Ser topiony 30 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 1871.00 kcal; B: 97.46 g; T: 56.26 g; W: 252.29 g;	E: 1833.18 kcal; B: 99.39 g; T: 41.99 g; W: 270.45 g;	E: 1848.91 kcal; B: 100.96 g; T: 45.85 g; W: 273.07 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-15 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt 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> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Zrazik zawijany wp ze schabu 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kluski śląskie* 200 g ( <u>JAJ</u> ) Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki () 300 g Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki () 300 g Buraczki oprószone () 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> )
	Kolacja	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> ) Pasta z fasoli 50 g Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Serek wiejski ziemisty 200 g ( <u>MLE</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> ) Pasta z fasoli 50 g Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2266.50 kcal; B: 85.86 g; T: 61.14 g; W: 358.37 g;	E: 2233.81 kcal; B: 104.69 g; T: 53.44 g; W: 346.39 g;	E: 2090.74 kcal; B: 90.87 g; T: 45.19 g; W: 350.65 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa		
2023-11-16 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.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ,) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g	
		Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki ( ) 300 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 100 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki ( ) 300 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab gotowany 100 g Ziemniaki ( ) 300 g Surówka z kapusty białej z olejem ( ) 150 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Sok pomidorowy 200 ml
			Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (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,) Ser żółty 40 g (MLE,) Ogórek konserwowy 50 g (GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb pszenny 50 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 5g
	E: 2275.62 kcal; B: 91.04 g; T: 73.55 g; W: 327.69 g;	E: 2066.86 kcal; B: 91.77 g; T: 50.41 g; W: 323.71 g;		E: 2089.93 kcal; B: 110.21 g; T: 62.57 g; W: 289.78 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Chleb Graham 50g (GLU PSZ,) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70g (MLE) Salata zielona 10g Mandarynki 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Chleb pszenny 50g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25g 1 szt Twarożek 50g (MLE) Salata zielona 10g Banan 1szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50g	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 50g (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Salata zielona 10g Pomidor 50g Mandarynki 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Mintaj panierowany kostka 120g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,) Ziemniaki () 300g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Kasza jęczmienna/sypko 100g (GLU JĘCZ,) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150g (GLU PSZ, SEL,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Kasza jęczmienna/sypko 100g (GLU JĘCZ,) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150g (GLU PSZ, SEL,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł 200g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 40g (MLE) Ser topiony 25g 1 szt (MLE) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5g	Chleb pszenny 100g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40g (SOJ,) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5g	Chleb Graham 100g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g
	E: 2487.56 kcal; B: 103.81 g; T: 80.71 g; W: 352.57 g;	E: 2259.44 kcal; B: 96.27 g; T: 64.83 g; W: 331.32 g;	E: 2112.05 kcal; B: 117.23 g; T: 89.66 g; W: 226.97 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Papryka konserwowa 50 g 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Goląbek siekany z mięsa wp 250 g (JAJ.) Ziemniaki () 300 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Fasolka szparagowa z wody* 150 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	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 wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) 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 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) Pomidor 50 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.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
		E: 2338.92 kcal; B: 99.45 g; T: 64.98 g; W: 352.35 g;	E: 2187.75 kcal; B: 105.56 g; T: 49.72 g; W: 337.83 g;	E: 1929.41 kcal; B: 106.02 g; T: 48.79 g; W: 283.13 g;

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-11-19 niedziela	<b>Śniadanie</b>	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> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</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> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Pomidor 50 g
	<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ziemniaki puree () 300 g ( <u>MLE</u> ) Surówka Coleslaw () 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Kasza jaglana na sypko 100 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Kasza jaglana na sypko 100 g Surówka Coleslaw b/c () 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	<b>PD</b>		Jabłko 1 szt 1 szt	
	<b>Kolacja</b>	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Papryka konserwowa 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>SOJ, GOR</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> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2333.37 kcal; B: 90.49 g; T: 84.24 g; W: 314.48 g;	E: 1674.89 kcal; B: 88.24 g; T: 47.98 g; W: 226.98 g;	E: 1651.00 kcal; B: 91.21 g; T: 58.19 g; W: 203.37 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-20 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Mandarynki 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) 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.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Mandarynki 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 300 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki puree () 300 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 300 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) 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 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) Pomidor 50 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.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2229.55 kcal; B: 97.50 g; T: 60.96 g; W: 339.41 g;	E: 2241.20 kcal; B: 93.81 g; T: 62.60 g; W: 338.39 g;	E: 2234.87 kcal; B: 103.04 g; T: 62.41 g; W: 335.88 g;	



		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-21 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ, MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Połudwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> , Dżem 25 g 1 szt Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> , Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ</u> , Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ, MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> , ) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	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> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> , Połudwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ,
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kasza bulgur 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos meksykański 100 g ( <u>GLU PSZ</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 Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Ziemniaki () 300 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ, MLE</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> , ) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ, GOR</u> , Ziemniaki () 300 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> ,
	Kolacja	Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ</u> , Rzodkiew biała 50 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Twaróg półtłusty 40 g ( <u>MLE</u> , Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <u>SOJ</u> , Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2436.33 kcal; B: 110.11 g; T: 64.44 g; W: 360.33 g;	E: 2560.65 kcal; B: 109.43 g; T: 51.20 g; W: 424.56 g;	E: 2196.90 kcal; B: 102.83 g; T: 66.26 g; W: 314.58 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-22 środa	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 5 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 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 30 g (SOJ.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) 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 30 g (SOJ.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka konserwowa 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Sałata zielona 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ, ) Zraz zawijany wp ze schabu 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, ) Kluski śląskie* 200 g (JAJ, ) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, SO2, ) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ, ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ, ) Ziemniaki () 300 g Sałatka 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	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ, ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ, ) Ziemniaki () 300 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB, ) 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, ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	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.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB, ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ, ) Pomidor 50 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.) Paprykarz rybno (panga)-warzywny() 50 g (RYB, ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (SOJ, ) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
		E: 2187.48 kcal; B: 84.07 g; T: 73.05 g; W: 309.54 g;	E: 2138.53 kcal; B: 83.58 g; T: 52.37 g; W: 345.87 g;	E: 2030.49 kcal; B: 86.87 g; T: 62.21 g; W: 300.16 g;

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa		
2023-11-23 czwartek	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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	Kasza manna 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> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 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 Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	
		Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Ziemniaki () 300 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 300 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 300 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Kefir 2 % tł 200g 1 szt ( <u>MLE</u> )
2023-11-23 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z fasoli 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 200 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z fasoli 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	
		E: 2342.43 kcal; B: 83.11 g; T: 61.32 g; W: 381.27 g;	E: 2393.85 kcal; B: 114.26 g; T: 49.29 g; W: 385.07 g;	E: 2048.16 kcal; B: 98.02 g; T: 50.13 g; W: 322.86 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-11-24 piątek	<b>Śniadanie</b>	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 40g (MLE.) Ser żółty 40g (MLE.) Salata zielona 10g 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.) Chleb pszenny 50g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 30g (MLE.) Twarożek 40g (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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 40g (MLE.) Ser żółty 40g (MLE.) Pomidor 50g Gruszka 1szt. 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g
	<b>Obiad</b>	Zupa z zielonego groszku z grzankami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mintaj panierowany kostka. 120g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.) Ziemniaki () 300g Marchew oprószana z olejem () 150g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki puree () 300g (MLE.) Buraczki gotowane () 150g Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mintaj) 100g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki puree () 300g (MLE.) Buraczki gotowane () 150g Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	<b>PD</b>		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40g (SOJ.) Serek Fromage 50g (GLU PSZ, MLE.) Ogórek kiszony 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.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40g (SOJ.) Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40g (SOJ.) Serek homo. naturalny 50g (MLE.) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5g
	E: 2425.97 kcal; B: 91.08 g; T: 85.00 g; W: 338.23 g;	E: 2257.36 kcal; B: 103.88 g; T: 52.51 g; W: 352.15 g;	E: 2103.61 kcal; B: 94.18 g; T: 57.06 g; W: 318.50 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa
2023-11-25 sobota	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 100 g 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.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Mandarynki 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Mandarynki 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 300 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Brokuł gotowany* 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Brokuł gotowany* 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb pszenny 50 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.) Salata zielona 10 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.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2176.28 kcal; B: 82.12 g; T: 65.10 g; W: 327.97 g;	E: 2069.31 kcal; B: 100.51 g; T: 50.07 g; W: 316.82 g;	E: 1920.56 kcal; B: 102.57 g; T: 47.96 g; W: 285.46 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	
2023-11-26 niedziela	<b>Śniadanie</b>	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 40 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Rzodkiew biała 50 g
	<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki () 300 g Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Kasza jaglana na sypko 100 g Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z ryżem dieta () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Kasza jaglana na sypko 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	<b>PD</b>		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> )	
	<b>Kolacja</b>	Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor 50 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Pomidor 50 g Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE</u> )	Pomidor 50 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkami wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE</u> )
	E: 2186.72 kcal; B: 101.15 g; T: 72.18 g; W: 298.12 g;	E: 1879.22 kcal; B: 88.58 g; T: 57.55 g; W: 258.56 g;	E: 1960.06 kcal; B: 116.48 g; T: 81.52 g; W: 205.39 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,