

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobową
2023-12-11 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 półtłusty 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	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 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>)
	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 udźca 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 udźca 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	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 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
	PD			Podplomyki b/c 25 g (<u>GLU PSZ, 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>) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 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
	E: 2302.20 kcal; B: 110.25 g; T: 88.54 g; W: 282.05 g; Bł.: 26.98 g; Sól: 10.50 g;	E: 2314.00 kcal; B: 98.19 g; T: 62.32 g; W: 353.75 g; Bł.: 31.01 g; Sól: 8.12 g;	E: 2307.46 kcal; B: 119.67 g; T: 83.55 g; W: 289.59 g; Bł.: 33.44 g; Sól: 10.30 g;	E: 2156.87 kcal; B: 89.24 g; T: 53.74 g; W: 343.33 g; Bł.: 26.86 g; Sól: 6.33 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-12 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) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami 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 ŻYT, GLU JEĆZ) 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ) Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 g (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 Kalafiór 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 Kalafiór gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Marchewkowa z ziemniakami () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki () 300 g Kalafiór gotowany* 150 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	
	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 homo. naturalny 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	Bułka pszenna długa krojona 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) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g
	E: 1871.00 kcal; B: 97.46 g; T: 56.26 g; W: 252.29 g; Bł.: 21.98 g; Sól: 8.20 g;	E: 1833.18 kcal; B: 99.39 g; T: 41.99 g; W: 270.45 g; Bł.: 19.80 g; Sól: 6.87 g;	E: 1848.91 kcal; B: 100.96 g; T: 45.85 g; W: 273.07 g; Bł.: 28.68 g; Sól: 8.25 g;	E: 1981.79 kcal; B: 96.46 g; T: 40.41 g; W: 319.10 g; Bł.: 21.42 g; Sól: 5.12 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa		
2023-12-13 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	
		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 oprószane () 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 oprószane () 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 oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	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 oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
			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>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) 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 indykem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Serek wiejski ziarnisty 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>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) 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; Bł.: 33.56 g; Sól: 8.02 g;	E: 2233.81 kcal; B: 104.69 g; T: 53.44 g; W: 346.39 g; Bł.: 27.44 g; Sól: 9.11 g;		E: 2090.74 kcal; B: 90.87 g; T: 45.19 g; W: 350.65 g; Bł.: 40.50 g; Sól: 7.24 g;	E: 2276.66 kcal; B: 107.54 g; T: 53.95 g; W: 356.11 g; Bł.: 26.38 g; Sól: 8.57 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobową		
2023-12-14 czwartek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 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>) 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 Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ</u>) 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 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>) 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 Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 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 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt 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 Surówka z kapusty białej z olejem () 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 koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
			PD		Sok pomidorowy 200 ml	
			Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek konserwowy 50 g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt	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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ogórek konserwowy 50 g (<u>GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g
	E: 2275.62 kcal; B: 91.04 g; T: 73.55 g; W: 327.69 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 8.60 g;	E: 2066.86 kcal; B: 91.77 g; T: 50.41 g; W: 323.71 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 7.69 g;		E: 2070.43 kcal; B: 106.86 g; T: 62.22 g; W: 290.33 g; Bł.: 33.66 g; Sól: 9.37 g;	E: 2103.86 kcal; B: 95.62 g; T: 50.81 g; W: 328.96 g; Bł.: 22.24 g; Sól: 6.86 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-15 piątek	Śniadanie	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 Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (MLE,_) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,_) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,_) Salata zielona 10 g Banan 1szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE,_) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Twarożek 50 g (MLE,_) Ser zółty 40 g (MLE,_) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,_) Salata zielona 10 g Banan 1szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 50 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,_) Mintaj panierowany kostka. 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,_) Ziemniaki () 300 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,_) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,_) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ,_) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (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) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,_) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ,_) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL,_) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,_) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,_) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ,_) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (GLU PSZ, SEL,_) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,_)	
	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,_) Ser zółty 40 g (MLE,_) Ser topiony 25g 1 szt (MLE,_) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/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,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,_) 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,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Ser zółty 40 g (MLE,_) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,_) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g
	E: 2487.56 kcal; B: 103.81 g; T: 80.71 g; W: 352.57 g; Bł.: 23.71 g; Sól: 8.73 g;	E: 2171.64 kcal; B: 86.33 g; T: 60.47 g; W: 328.89 g; Bł.: 21.04 g; Sól: 6.75 g;	E: 2100.05 kcal; B: 117.23 g; T: 89.66 g; W: 222.97 g; Bł.: 27.39 g; Sól: 8.27 g;	E: 2037.04 kcal; B: 80.88 g; T: 52.73 g; W: 320.75 g; Bł.: 21.34 g; Sól: 5.64 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-16 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gołabek 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	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 300 g Buraczki gotowane () 150 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	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	Bułka pszenna długa krojona 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
	E: 2338.92 kcal; B: 99.45 g; T: 64.98 g; W: 352.35 g; Bł.: 26.86 g; Sól: 8.07 g;	E: 2187.75 kcal; B: 105.56 g; T: 49.72 g; W: 337.83 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 7.67 g;	E: 1929.41 kcal; B: 106.02 g; T: 48.79 g; W: 283.13 g; Bł.: 31.09 g; Sól: 8.12 g;	E: 2137.34 kcal; B: 103.32 g; T: 45.35 g; W: 341.70 g; Bł.: 24.52 g; Sól: 6.79 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa	
2023-12-17 niedziela	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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Salata 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 Sopocka 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 Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 60 g (<u>SOJ, MLE</u>) Salata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Pomidor 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka 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
	Obiad	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	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
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	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	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	E: 2343.68 kcal; B: 90.98 g; T: 84.35 g; W: 316.71 g; Bł.: 29.14 g; Sól: 8.73 g;	E: 1674.89 kcal; B: 88.24 g; T: 47.98 g; W: 226.98 g; Bł.: 20.19 g; Sól: 6.99 g;	E: 1661.32 kcal; B: 91.70 g; T: 58.30 g; W: 205.60 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 7.77 g;	E: 1670.68 kcal; B: 86.25 g; T: 46.64 g; W: 233.61 g; Bł.: 19.33 g; Sól: 5.80 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa		
2023-12-18 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 Salata 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.) Salata zielona 5 g Mandarynka 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 Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 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.) Salata zielona 20 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	
		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	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
			PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
			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.) 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; Bł.: 31.13 g; Sól: 8.22 g;	E: 2241.20 kcal; B: 93.81 g; T: 62.60 g; W: 338.39 g; Bł.: 28.20 g; Sól: 7.40 g;	E: 2234.87 kcal; B: 103.04 g; T: 62.41 g; W: 335.88 g; Bł.: 38.15 g; Sól: 7.84 g;		E: 2439.28 kcal; B: 100.10 g; T: 63.55 g; W: 382.04 g; Bł.: 27.63 g; Sól: 6.40 g;		

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-19 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU 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 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>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzka 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 udzka kurczaka 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Ziemniaki () 300 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU 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 udzka 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Ziemniaki () 300 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	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	Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	E: 2436.33 kcal; B: 110.11 g; T: 64.44 g; W: 360.33 g; Bł.: 20.54 g; Sól: 9.26 g;	E: 2560.65 kcal; B: 109.43 g; T: 51.20 g; W: 424.56 g; Bł.: 26.08 g; Sól: 7.95 g;	E: 2196.90 kcal; B: 102.83 g; T: 66.26 g; W: 314.58 g; Bł.: 34.80 g; Sól: 8.23 g;	E: 2101.36 kcal; B: 105.53 g; T: 47.46 g; W: 320.65 g; Bł.: 18.54 g; Sól: 6.04 g;	

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa	
2023-12-20 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, MLE.) 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, MLE.) 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, MLE.) 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	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)
		Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Zrazik zawijany wp ze schabu 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g (MLE, SOJ.) 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 JĘCZ.) 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 JĘCZ.) 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	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) 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
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) 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, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 50 g (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 Graham 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		E: 2127.49 kcal; B: 80.62 g; T: 72.64 g; W: 298.11 g; Bł.: 23.62 g; Sól: 8.97 g;	E: 2138.53 kcal; B: 83.58 g; T: 52.37 g; W: 345.87 g; Bł.: 28.06 g; Sól: 7.12 g;	E: 1970.50 kcal; B: 83.42 g; T: 61.80 g; W: 288.73 g; Bł.: 32.95 g; Sól: 8.00 g;	E: 2070.62 kcal; B: 83.10 g; T: 51.51 g; W: 331.53 g; Bł.: 23.26 g; Sól: 5.39 g;

	BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobową	
2023-12-21 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g Pomidor 50 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	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki () 300 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PD			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	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>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) 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 Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka 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	
	E: 2367.40 kcal; B: 79.40 g; T: 71.77 g; W: 362.99 g; Bł.: 29.67 g; Sól: 8.10 g;	E: 2393.85 kcal; B: 114.26 g; T: 49.29 g; W: 385.07 g; Bł.: 30.62 g; Sól: 6.63 g;	E: 2061.12 kcal; B: 94.31 g; T: 60.58 g; W: 300.58 g; Bł.: 35.58 g; Sól: 7.92 g;	E: 2248.25 kcal; B: 116.51 g; T: 48.46 g; W: 350.92 g; Bł.: 26.61 g; Sól: 5.94 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-22 piątek	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 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,) Ser mozzarella 40 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Salata zielona 10 g Pomidor 50 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt Miód (25g) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser mozzarella 40 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 50 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser mozzarella 40 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 50 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser mozzarella 30 g (MLE,) Twarożek 40 g (MLE,) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Zupa z zielonego groszku z grzankami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mintaj panierowany kostka. 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR,) Ziemniaki () 300 g Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki puree () 300 g (MLE,) Buraczki gotowane () 150 g 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) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki puree () 300 g (MLE,) Buraczki gotowane () 150 g Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Pulpet rybny (Mintaj) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki puree () 300 g (MLE,) Buraczki gotowane () 150 g Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE,) Ogórek kiszony 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,) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) 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,) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (SOJ,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE,) Pomidor 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		E: 2425.97 kcal; B: 91.08 g; T: 85.00 g; W: 338.23 g; Bł.: 31.98 g; Sól: 9.54 g;	E: 2257.36 kcal; B: 103.88 g; T: 52.51 g; W: 352.15 g; Bł.: 25.64 g; Sól: 7.15 g;	E: 2103.61 kcal; B: 94.18 g; T: 57.06 g; W: 318.50 g; Bł.: 28.80 g; Sól: 7.45 g;	E: 2260.24 kcal; B: 103.33 g; T: 52.56 g; W: 354.40 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 7.30 g;

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobową
2023-12-23 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 Mandarynka 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 Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	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	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
	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	Bułka pszenna długa krojona 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 Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g
	E: 2176.28 kcal; B: 82.12 g; T: 65.10 g; W: 327.97 g; Bł.: 25.83 g; Sól: 6.99 g;	E: 2069.31 kcal; B: 100.51 g; T: 50.07 g; W: 316.82 g; Bł.: 25.57 g; Sól: 7.71 g;	E: 1920.56 kcal; B: 102.57 g; T: 47.96 g; W: 285.46 g; Bł.: 29.55 g; Sól: 7.37 g;	E: 1979.45 kcal; B: 98.56 g; T: 46.50 g; W: 303.79 g; Bł.: 20.87 g; Sól: 6.94 g;	

		BB- BYS Podstawowa	BB- BYS Łatwo strawna	BB- BYS Cukrzycowa	BB- BYS Wątrobowa
2023-12-24 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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> , Pomidor 50 g Ciasto piernik 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE, S02, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u> , Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Twarożek 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Mandarynka 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> , Twarożek 50 g (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,
	Obiad	Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *(<u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> , Mintaj panierowany kostka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR</u> , Kapusta zasmażana () 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Pierogi z kapustą i grzybami* 300 g (<u>GLU PSZ</u> , Mandarynka 1 szt Kompot z suszu b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ziemniaki () 300 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> , Ziemniaki () 300 g Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> , Kompot z suszu b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *(<u>GLU</u> <u>PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> , Ziemniaki () 300 g Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> , Kompot z suszu b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB</u> , Ziemniaki () 300 g Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> , Kompot z suszu b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt
	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 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Salatka jarzynowa () 100g (<u>JAJ</u> , <u>MLE, SEL, GOR</u> , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> , Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Cytryna 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> , Pomidor 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u> ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> , Pomidor 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u> ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , Dżem 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> , Pomidor 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	E: 3205.48 kcal; B: 107.81 g; T: 102.76 g; W: 470.09 g; Bł.: 39.29 g; Sól: 12.81 g;	E: 2275.94 kcal; B: 98.04 g; T: 50.94 g; W: 370.60 g; Bł.: 33.98 g; Sól: 6.44 g;	E: 2491.89 kcal; B: 131.79 g; T: 75.87 g; W: 335.83 g; Bł.: 32.01 g; Sól: 9.48 g;	E: 2159.91 kcal; B: 92.02 g; T: 45.95 g; W: 358.77 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 5.79 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,