

DATA	POSIŁEK	SKŁAD	WARTOŚCI ODŻYWCZE
19.05.2025	ŚNIADANIE	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,), chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,), masło 83% tł. 20 g (MLE,), schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona,z dod.wody,białka wp 55 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,), pomidor 65 g, sałata zielona 5 g, kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2237.21 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] : 75.34 Tłuszcz [g] 59.76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32.43 Węglowodany ogółem [g] 358.08 w tym cukry [g] 89.02 Błonnik pokarmowy [g] 24.3 Sól [g] 4.14
	OBIAD	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) ryż na sypko 200 g, mus z jabłek () z/c 100 g, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), banan 1szt., kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) pasta z twarogu z koperkiem 110 g (MLE,), sałata zielona 5 g, pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
20.05.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) jajko gotowane kl M 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2611.17 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]

		(JAJ,), sałata zielona 5 g, pomidor 65 g, banan 1szt., sałata zielona 5 g, kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	98.13 Tłuszcz [g] 83.89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38.47 Węglowodany ogółem [g] 381.95 w tym cukry [g] 118.02 Błonnik pokarmowy [g] 31.46 Sól [g] 7.56
	OBIAD	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,), gulasz wołowy – dieta 150 g (GLU PSZ,), surówka z marchwi z olejem () 200 g, kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 55 g (SOJ,), pomidor 65 g, sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1 szt (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ,)	
21.05.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), drożdżówka mini 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,), masło 83% tł. 20 g (MLE,), serek homo. Naturalny 110 g (MLE,), sałata zielona 5 g, pomidor 65 g, kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2461.01 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105.85 Tłuszcz [g] 84.17 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36.29 Węglowodany ogółem [g]
	OBIAD	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g udziec z kurczaka	

		pieczony z/k z/s 130 g, sos bazyliowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,), dynia duszona z marchewką * 200 g (GLU PSZ,), kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	319.78 w tym cukry [g] 55.56 Błonnik pokarmowy [g] 22.78
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 55 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,), pomidor 65 g sałata zielona 5 g	Sól [g] 6.11
	II KOLACJA	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	
22.05.2025	ŚNIADANIE	Bułka okrągła z kruszonką 40g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,), jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,), chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona,z dod.wody,białka wp 55 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 5 g, pomidor 65 g, kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2443.32 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106.51 Tłuszcz [g] 76.35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35.61 Węglowodany ogółem [g] 344.54 w tym cukry [g] 54.13
	OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) makaron 200 g (GLU PSZ,)	Błonnik pokarmowy [g] 24.15

		zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,), sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) brokuł gotowany* 200 g kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	Sól [g] 8.15
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,), twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE,) marchew gotowana plastry 65 g, pałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
23.05.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,), chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) dżem 50 g, serek homo. Naturalny 50 g (MLE,) pomidor 65 g, sałata zielona 5 g, kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2596.41 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97.76 Tłuszcz [g] 82.94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34.39 Węglowodany ogółem [g] 379.85 w tym cukry [g] 92.20 Błonnik pokarmowy [g] 29.21 Sól [g] 6.50
	OBIAD	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,), ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g, pulpet rybny (Morszczuk) 110 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,), sos cytrynowy 50 ml (GLU PSZ, MLE,), warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany	

24.05.2025		pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,), jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), sałata zielona 5 g, pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt.	
	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), banan 1szt., chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 55 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 5 g, pasta warzywna () 60 g (SEL,) kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2605.41 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102.47 Tłuszcz [g] 82.60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36.11 Węglowodany ogółem [g] 377.88 w tym cukry [g] 108.14 Błonnik pokarmowy [g] 30.80 Sól [g] 6.62
	OBIAD	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,), sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,), sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g, kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) twaróg półtłusty 110 g (MLE,), pomidor 65 g sałata zielona 5 g	

	II KOLACJA	Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt (MLE,)	
25.05.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,), chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) serek homo z dżemem truskawkowym 110 g (MLE,), pomidor 65 g, sałata zielona 5 g, kakao z mlekiem z/c 220 ml (MLE,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2440.17 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108.78 Tłuszcz [g] 78.31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36.12 Węglowodany ogółem [g] 329.19 w tym cukry [g] 63.39 Błonnik pokarmowy [g] 18.82 Sól [g] 5.90
	OBIAD	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,), ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g, schab gotowany 80 g, sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,), bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g, kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml, chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,), pomidor 65 g, sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ,)	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,

SKO - Skorupiaki i pochodne,`

JAJ - Jaja i pochodne,

RYP - 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