

		BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa
2023-11-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 60g, margaryna 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Surówka z marchwi () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi () 100 g (MLE.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 150 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ.) Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi () 100 g (MLE.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 60 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 60 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 60 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 120 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)		Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU, PSZ, SOJ, MLE.)	Bułka maślana 1 szt 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)		
	E: 2346.99 kcal; B: 79.30 g; T: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; W: 390.42 g; W tym cukry: 72.16 g; Bł.: 39.76 g; Sól: 7.69 g;	E: 2475.03 kcal; B: 83.92 g; T: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 401.97 g; W tym cukry: 76.13 g; Bł.: 35.13 g; Sól: 8.60 g;	E: 2219.66 kcal; B: 82.44 g; T: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; W: 345.65 g; W tym cukry: 64.91 g; Bł.: 49.42 g; Sól: 7.18 g;	E: 2509.87 kcal; B: 87.90 g; T: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 400.86 g; W tym cukry: 74.65 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 7.12 g;	E: 2769.55 kcal; B: 103.67 g; T: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; W: 428.14 g; W tym cukry: 78.81 g; Bł.: 33.31 g; Sól: 9.71 g;	

	BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 2 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos cebulowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos szpinakowy* 70 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (<u>SEL</u>) Cytryna 20 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (<u>SEL</u>) Cytryna 20 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL</u>) Cytryna 20 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (<u>SEL</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (<u>SEL</u>) Cytryna 20 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Kanapka z pasztetem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, pasztet 25g, sałata 5g). 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>)	Kanapka z twaróżkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z twaróżkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z twaróżkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)
	E: 2563.16 kcal; B: 106.89 g; T: 80.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; W: 363.87 g; W tym cukry: 74.06 g; Bł.: 36.11 g; Sól: 8.42 g;	E: 2595.40 kcal; B: 105.23 g; T: 75.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 385.73 g; W tym cukry: 75.41 g; Bł.: 27.43 g; Sól: 7.94 g;	E: 2418.38 kcal; B: 104.94 g; T: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; W: 348.63 g; W tym cukry: 47.25 g; Bł.: 43.98 g; Sól: 7.18 g;	E: 2693.71 kcal; B: 103.71 g; T: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; W: 410.14 g; W tym cukry: 96.64 g; Bł.: 23.20 g; Sól: 7.16 g;	E: 2620.40 kcal; B: 116.48 g; T: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; W: 369.88 g; W tym cukry: 62.71 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 8.06 g;

	BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa	
2023-11-15 środa	Śniadanie	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
2023-11-15 środa	Obiad	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 80 g Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 80 g Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 80 g Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 80 g Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 400 ml (MLE, SEL, GLU JEJCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 80 g Sos jarzynowy* 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)			
2023-11-15 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy* 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka Familijna wieprzowa, z dodatkiem wody i białka wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Kanapka z szynką drobiową i ogórkiem konserwowym (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, ogórek konserwowy 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, GLU ŻYT.)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
	E: 2318.38 kcal; B: 90.84 g; T: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; W: 361.70 g; W tym cukry: 87.33 g; Bł.: 35.15 g; Sól: 9.46 g;	E: 2116.61 kcal; B: 87.21 g; T: 47.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; W: 347.96 g; W tym cukry: 88.62 g; Bł.: 31.90 g; Sól: 7.96 g;	E: 2308.51 kcal; B: 95.14 g; T: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; W: 342.99 g; W tym cukry: 56.38 g; Bł.: 49.50 g; Sól: 10.47 g;	E: 2163.72 kcal; B: 93.42 g; T: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.65 g; W: 347.81 g; W tym cukry: 89.39 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 6.29 g;	E: 2268.20 kcal; B: 100.44 g; T: 53.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; W: 358.36 g; W tym cukry: 74.71 g; Bł.: 29.78 g; Sól: 9.60 g;	

		BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa
2023-11-16 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II SN	Banan 1szt. 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta * 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 70 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD			Koktajl wielowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE. SEL.</u>) Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	PN	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb mieszany 60g, margaryna 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT.</u>)		Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)		Kanapka z jajkiem i sałata (chleb mieszany 60g, margaryna 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT.</u>)
			E: 2685.16 kcal; B: 102.86 g; T: 90.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; W: 387.19 g; W tym cukry: 99.49 g; Bł.: 35.87 g; Sól: 8.76 g;	E: 2591.96 kcal; B: 107.36 g; T: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; W: 389.10 g; W tym cukry: 99.31 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 8.32 g;	E: 2364.28 kcal; B: 105.26 g; T: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; W: 309.66 g; W tym cukry: 41.51 g; Bł.: 44.87 g; Sól: 7.94 g;	E: 2579.78 kcal; B: 95.76 g; T: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; W: 430.68 g; W tym cukry: 100.15 g; Bł.: 32.58 g; Sól: 7.95 g;

	BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa	
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser ricotta z cynamonem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser ricotta z cynamonem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser ricotta z cynamonem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser ricotta z cynamonem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Ser ricotta z cynamonem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)
		II ŚN	Śliwka 1 szt 1 szt	Śliwka 2 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
2023-11-17 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kukinia pieczona z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 80 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 70 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
2023-11-17 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 120 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		PN	Pieczycwo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, ser żółty 25g, ogórek 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GOR.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		E: 2548.89 kcal; B: 101.89 g; T: 85.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; W: 352.78 g; W tym cukry: 96.17 g; Bl.: 39.04 g; Sól: 7.15 g;	E: 2323.07 kcal; B: 89.81 g; T: 65.59 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; W: 355.88 g; W tym cukry: 92.40 g; Bl.: 27.66 g; Sól: 7.34 g;	E: 2368.44 kcal; B: 101.13 g; T: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; W: 322.02 g; W tym cukry: 58.09 g; Bl.: 44.19 g; Sól: 8.00 g;	E: 2319.33 kcal; B: 94.11 g; T: 67.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; W: 345.64 g; W tym cukry: 84.42 g; Bl.: 22.47 g; Sól: 5.80 g;	E: 2431.24 kcal; B: 103.35 g; T: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; W: 347.00 g; W tym cukry: 78.48 g; Bl.: 24.68 g; Sól: 7.83 g;

		BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c () 100 g (GOR.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy - dieta 120 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane () b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 120 g (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c () 100 g (GOR.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy - dieta 120 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane () b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy - dieta 120 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Buraczki gotowane () b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD			Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Musztarda 20 g (GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g (SOJ. MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)	
		E: 2731.11 kcal; B: 104.36 g; T: 97.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; W: 368.90 g; W tym cukry: 84.16 g; Bł.: 34.60 g; Sól: 10.71 g;	E: 2237.08 kcal; B: 86.53 g; T: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; W: 355.19 g; W tym cukry: 88.12 g; Bł.: 31.38 g; Sól: 8.35 g;	E: 2579.02 kcal; B: 107.93 g; T: 84.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; W: 368.16 g; W tym cukry: 39.95 g; Bł.: 49.89 g; Sól: 10.64 g;	E: 2373.50 kcal; B: 87.16 g; T: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; W: 386.06 g; W tym cukry: 117.20 g; Bł.: 32.01 g; Sól: 8.29 g;	E: 2291.78 kcal; B: 95.04 g; T: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; W: 348.66 g; W tym cukry: 85.86 g; Bł.: 29.53 g; Sól: 8.91 g;

	BIS- NIDZ Podstawowa	BIS- NIDZ Łatwo strawna	BIS- NIDZ Cukrzyca	BIS- NIDZ Wątrobowa/Trzustkowa	BIS- NIDZ Bogatobiałkowa	
2023-11-19 niedziela	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JECZ.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	
		Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)
		Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.)
		Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g
		Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.)	Mix sałat 20 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g	Mix sałat 20 g	Mix sałat 20 g
Papryka świeża 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Mix sałat 20 g	Papryka świeża 80 g	Papryka świeża 80 g		
Mix sałat 20 g		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mix sałat 20 g	Mix sałat 20 g		
Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
II ŚN	Winogrona 100 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.)	
	Ziemniaki z koperkiem 200 g	Ziemniaki z koperkiem 400 g	Ziemniaki z koperkiem 200 g	Ziemniaki z koperkiem 400 g	Ziemniaki z koperkiem 400 g	
	Udko pieczone 1 szt. 210 g	Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g	Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g	Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g	Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g	
	Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.)	Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Sos jarzynowy * 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	
	Surówka Colesław b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.)	Marchewka mini z sezamem* 100 g (SEZ.)	Brokuł gotowany* 100 g	Marchewka mini * 100 g	Marchewka mini z sezamem* 100 g (SEZ.)	
	Brokuł gotowany* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g	Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Brokuł gotowany* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g	
Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml		Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml		
PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	
	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	
	Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)	
	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.)	Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	
	Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml					
PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	E: 2743.22 kcal; B: 129.80 g; T: 101.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; W: 346.11 g; W tym cukry: 85.41 g; Bł.: 30.31 g; Sól: 8.88 g;	E: 2811.27 kcal; B: 131.28 g; T: 88.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 387.27 g; W tym cukry: 82.56 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 9.92 g;	E: 2494.65 kcal; B: 137.09 g; T: 96.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 292.96 g; W tym cukry: 41.28 g; Bł.: 43.28 g; Sól: 9.45 g;	E: 2834.79 kcal; B: 129.75 g; T: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; W: 400.47 g; W tym cukry: 94.63 g; Bł.: 33.98 g; Sól: 10.53 g;	E: 2930.72 kcal; B: 132.76 g; T: 88.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; W: 415.79 g; W tym cukry: 105.00 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 9.92 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,