

	<b>PONIEDZIAŁEK</b>					
	<b>PODSTAWOWA</b>	<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DZIECIĘCA</b>	<b>KOBIET W OKRESIE LAKTACJI</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem porzeczkowy niskosł.56g Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem porzeczkowy niskosł. 56g Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem porzeczkowy niskosł.56g Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem porzeczkowy niskosł.56g Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem porzeczkowy niskosł.56g Pieczeń z indyka 40g Sałata 10g Pomidor 50g Jogurt b/c 150g MLE
<b>OBIAD</b>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml SEL, GLU, Mle Ryż na mleku z tartym jabłkiem 250g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml SEL, GLU, MLE Ryż na mleku z tartym jabłkiem 250g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml SEL, GLU, MLE Ryż na mleku z tartym jabłkiem 250g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml SEL, GLU, MLE Ryż na mleku z tartym jabłkiem 250g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 150ml SEL, GLU, MLE Ryż na mleku z tartym jabłkiem 150g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml SEL, GLU, MLE Ryż na mleku z tartym jabłkiem 250g GLU, MLE, Kompot owocowy 250ml
<b>KOLACJA</b>	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Pasta z ciecierzycy 80g SEZ Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Ser żółty 40g MLE Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Ser żółty 40g MLE Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Pasta z ciecierzycy 80g SEZ Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Ser żółty 40g MLE Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Pasta z ciecierzycy 80g SEZ Szynka wieprzowa 40g Sałata 10g Pomidor 100g
<b>II KOL</b>				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Ser żółty 70g MLE		
<b>PN</b>	Kisiel owocowy 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy b/c 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250g GLU, MLE, JAJ Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ
<b>WARTOŚCI DZIENNE</b>	Wartość energetyczna [kcal]: 2292 Białko ogółem [g]: 84,26 Tłuszcz [g]: 61,94 Węglowodany ogółem [g]: 348,77	Wartość energetyczna [kcal]: 2355 Białko ogółem [g]: 90,02 Tłuszcz [g]: 61,69 Węglowodany ogółem [g]: 362,27	Wartość energetyczna [kcal]: 2331 Białko ogółem [g]: 92,68 Tłuszcz [g]: 60,87 Węglowodany ogółem [g]: 359,24	Wartość energetyczna [kcal]: 2332 Białko ogółem [g]: 92,74 Tłuszcz [g]: 73,05 Węglowodany ogółem [g]: 324,91	Wartość energetyczna [kcal]: 1876 Białko ogółem [g]: 73,49 Tłuszcz [g]: 54,67 Węglowodany ogółem [g]: 273,12	Wartość energetyczna [kcal]: 2292 Białko ogółem [g]: 84,26 Tłuszcz [g]: 61,94 Węglowodany ogółem [g]: 348,77