

<b>NIEDZIELA</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 Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE, JAJ Pieczeń z indyka 70g Sałata 10g Jogurt b/c 150g MLE
<b>OBIAD</b>	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Surówka z marchwi 150g Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 150g SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 125g GLU Ziemniaki 150g Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 150g 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 Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Słonecznik prażony 5g Cieciora 30g Sałata 10g	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Słonecznik prażony 5g Sałata 10g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Słonecznik prażony 5g Cieciora 30g Sałata 10g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Słonecznik prażony 5g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 100g Słonecznik prażony 5g Cieciora 30g Sałata 10g
<b>II KOL</b>				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Twaróg 70g MLE		
<b>PN</b>	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy b/c 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ
<b>WARTOŚCI DZienne</b>	Wartość energetyczna [kcal]: 2330 Białko ogółem [g]: 119,16 Tłuszcz [g]: 66,18 Węglowodany ogółem [g]: 324,08	Wartość energetyczna [kcal]: 2272 Białko ogółem [g]: 122,45 Tłuszcz [g]: 58,66 Węglowodany ogółem [g]: 325,07	Wartość energetyczna [kcal]: 2020 Białko ogółem [g]: 109,17 Tłuszcz [g]: 55,60 Węglowodany ogółem [g]: 283,28	Wartość energetyczna [kcal]: 2245 Białko ogółem [g]: 122,93 Tłuszcz [g]: 60,90 Węglowodany ogółem [g]: 310,65	Wartość energetyczna [kcal]: 1765 Białko ogółem [g]: 92,02 Tłuszcz [g]: 54,07 Węglowodany ogółem [g]: 236,83	Wartość energetyczna [kcal]: 2330 Białko ogółem [g]: 119,16 Tłuszcz [g]: 66,18 Węglowodany ogółem [g]: 324,08