

	<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 Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 40g Ser żółty 40g MLE Sałata 10g Ogórek kiszony 100g
<b>OBIAD</b>	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchew z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchew z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchew 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 b/c 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 150ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 150g Marchew z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	Rosół drobiowy z makaronem 300ml SEL Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 250g GLU Ziemniaki 300g Marchew z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml
<b>KOLACJA</b>	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g Sezam 2g SEZ	Chleb pszenny 80g GLU Chleb żytni 40g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g Sezam 2g SEZ	Chleb pszenny 80g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g	Chleb razowy 35 g GLU Chleb żytni 80 g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 40g Twaróg 50g MLE Sałata 10g Pomidor 100g Sezam 2g SEZ
<b>II KOL</b>				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Jajko gotowane 50g JAJ		
<b>P N</b>	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy b/c 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
<b>WARTOŚCI DZIENNE</b>	Wartość energetyczna [kcal]: 2217 Białko ogółem [g]: 130,00 Tłuszcz [g]: 56,77 Węglowodany ogółem [g]: 307,09	Wartość energetyczna [kcal]: 2223 Białko ogółem [g]: 121,81 Tłuszcz [g]: 53,68 Węglowodany ogółem [g]: 326,77	Wartość energetyczna [kcal]: 2044 Białko ogółem [g]: 121,46 Tłuszcz [g]: 51,43 Węglowodany ogółem [g]: 288,13	Wartość energetyczna [kcal]: 2125 Białko ogółem [g]: 123,04 Tłuszcz [g]: 55,10 Węglowodany ogółem [g]: 293,77	Wartość energetyczna [kcal]: 1731 Białko ogółem [g]: 94,61 Tłuszcz [g]: 49,28 Węglowodany ogółem [g]: 238,53	Wartość energetyczna [kcal]: 2217 Białko ogółem [g]: 130,00 Tłuszcz [g]: 56,77 Węglowodany ogółem [g]: 307,09