

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna		
2023-12-25 poniedziałek	Sniadanie	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mielona Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Mus z banana 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g (<u>MLE</u>) Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEL</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banana 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciastka bezglutenowe 50 g (<u>JAJ</u>)	
		II SNI		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g		
		Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kluski śląskie* 150 g (<u>JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 90 g Kalafior gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem* 150 g Ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g		
		Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Hummus z ciecierzycy 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (<u>SEL</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki gotowane plasty 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Filet z kurczaka gotowany 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>)				
	E: 2280.55 kcal; B: 106.71 g; T: 71.27 g; W: 317.45 g;	E: 2409.32 kcal; B: 107.36 g; T: 71.35 g; W: 345.75 g;	E: 3175.85 kcal; B: 131.50 g; T: 111.86 g; W: 422.44 g;	E: 2743.93 kcal; B: 139.09 g; T: 82.90 g; W: 355.40 g;	E: 2564.62 kcal; B: 130.52 g; T: 75.11 g; W: 353.66 g;	E: 2477.19 kcal; B: 71.57 g; T: 61.31 g; W: 425.78 g;	E: 2496.74 kcal; B: 125.31 g; T: 65.27 g; W: 363.83 g;	E: 2855.42 kcal; B: 141.48 g; T: 79.44 g; W: 377.74 g;	E: 2396.29 kcal; B: 91.57 g; T: 79.24 g; W: 335.21 g;		

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na napoju sojowym 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a/la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto piernik 50 g (<u>GLU PSZ, MLE, SO2, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciastka bezglutenowe 50 g (<u>JAJ</u>)
II SNI			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Brokuł gotowany* 50 g	
Obiad	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Surówka Coleslaw b/c 150 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Surówka Coleslaw b/c 90 g (<u>JAJ, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Banan 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Banan 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa 100 g (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Buraczki gotowane 50 g	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany plasty 50 g Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bulka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mielona Schab gotowany 50 g Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Cukinia pieczona z koncentratem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g	
	E: 2355.25 kcal; B: 103.12 g; T: 77.58 g; W: 323.67 g;	E: 2307.94 kcal; B: 103.43 g; T: 70.65 g; W: 318.94 g;	E: 2848.09 kcal; B: 126.91 g; T: 96.73 g; W: 374.13 g;	E: 2900.28 kcal; B: 137.37 g; T: 87.44 g; W: 381.37 g;	E: 2474.69 kcal; B: 135.96 g; T: 74.72 g; W: 318.94 g;	E: 2832.71 kcal; B: 98.23 g; T: 83.30 g; W: 432.13 g;	E: 2519.99 kcal; B: 114.93 g; T: 68.04 g; W: 368.55 g;	E: 2849.00 kcal; B: 135.59 g; T: 75.78 g; W: 384.11 g;	E: 2365.31 kcal; B: 92.17 g; T: 84.35 g; W: 309.53 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SNI			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Buraczki gotowane plastery 50 g	
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko pieczone 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik drobiowy z udzca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 150 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik drobiowy z udzca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 150 g Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 90 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko pieczone 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Klopsik drobiowy z udzca 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 150 g (GLU PSZ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL) Klopsik drobiowy z udzca (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w.osl.niejad 50 g Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 50 g Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (RYB, SEL) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL)	
	E: 2357.54 kcal; B: 87.47 g; T: 74.15 g; W: 349.77 g;	E: 2132.69 kcal; B: 75.53 g; T: 45.36 g; W: 364.13 g;	E: 2706.59 kcal; B: 114.38 g; T: 87.78 g; W: 375.50 g;	E: 2737.00 kcal; B: 126.22 g; T: 80.48 g; W: 399.92 g;	E: 2392.41 kcal; B: 107.54 g; T: 59.13 g; W: 365.94 g;	E: 2398.86 kcal; B: 85.95 g; T: 74.06 g; W: 362.20 g;	E: 2327.56 kcal; B: 113.44 g; T: 64.29 g; W: 332.19 g;	E: 2728.48 kcal; B: 117.39 g; T: 76.27 g; W: 405.69 g;	E: 2063.11 kcal; B: 81.21 g; T: 65.20 g; W: 290.64 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt (MLE.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II Szt			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jabłko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* Onkologia 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* Onkologia 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 150 g Brokuł gotowany* 60 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* Onkologia 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jabłko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* Onkologia 300 g (SEL, GLU, JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki 150 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salatka jarzynowa* 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salatka jarzynowa* 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Schab gotowany 50 g Salatka jarzynowa* 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) mielona Schab gotowany 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Salatka jarzynowa* 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
	E: 2352.76 kcal; B: 81.19 g; T: 80.08 g; W: 344.73 g;	E: 2204.52 kcal; B: 91.96 g; T: 68.98 g; W: 315.75 g;	E: 2840.60 kcal; B: 116.99 g; T: 107.65 g; W: 365.64 g;	E: 2711.71 kcal; B: 134.24 g; T: 96.94 g; W: 351.93 g;	E: 2371.27 kcal; B: 124.49 g; T: 73.06 g; W: 315.75 g;	E: 2343.06 kcal; B: 81.98 g; T: 77.41 g; W: 348.38 g;	E: 2407.96 kcal; B: 108.42 g; T: 64.54 g; W: 360.66 g;	E: 2686.85 kcal; B: 125.46 g; T: 80.49 g; W: 380.88 g;	E: 2168.62 kcal; B: 92.23 g; T: 80.31 g; W: 273.34 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzycza lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na n/sojowym 400 ml (GLU PSZ, SOJ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Hummus 100 g (SEZ,) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryz na napoju sojowym 400 ml (SOJ,) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 60 g (SEL,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki puree 150 g (MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB,) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Dymia z wody 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Pomarańcza 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Pomarańcza 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,) Mus z brzoskwiń 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Brzoskwinie w syropie 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Schab gotowany plastry 30 g Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE,)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Schab gotowany plastry 30 g Buraczki gotowane plastry 50 g	
	E: 2144.60 kcal; B: 87.15 g; T: 69.93 g; W: 304.14 g;	E: 2089.98 kcal; B: 84.68 g; T: 62.90 g; W: 305.63 g;	E: 2622.41 kcal; B: 107.29 g; T: 90.21 g; W: 355.68 g;	E: 2341.32 kcal; B: 121.73 g; T: 70.29 g; W: 328.01 g;	E: 2386.73 kcal; B: 126.41 g; T: 75.40 g; W: 309.63 g;	E: 2466.11 kcal; B: 98.89 g; T: 93.13 g; W: 317.07 g;	E: 2356.56 kcal; B: 110.86 g; T: 71.49 g; W: 326.93 g;	E: 2478.47 kcal; B: 121.38 g; T: 73.44 g; W: 343.86 g;	E: 2101.97 kcal; B: 82.41 g; T: 69.88 g; W: 290.28 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięsna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU, OW.) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU, OW.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU, OW.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU, OW.) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) mielona Schab gotowany 30 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU, JECZ.) Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Plat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU, PSZ, SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Schab gotowany 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL, GOR.) Bigos 300 g (GLU, PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki 150 g Jabłko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki 150 g Cukinia pieczona z olejem * 60 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Cukinia pieczona z olejem* 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (MLE, SEL, GOR.) Knedle ze śliwką* 300 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 200 g	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU, PSZ, MLE.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Ziemniaki 150 g Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z soczewicy * 70 g (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL, GOR.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Buraczki gotowane 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Galaretko o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Dymia z wody 50 g	
	E: 2225.01 kcal; B: 68.61 g; T: 76.92 g; W: 331.22 g;	E: 2084.68 kcal; B: 91.17 g; T: 60.12 g; W: 304.05 g;	E: 2617.20 kcal; B: 111.87 g; T: 90.14 g; W: 350.75 g;	E: 2472.15 kcal; B: 112.18 g; T: 79.04 g; W: 354.15 g;	E: 2261.60 kcal; B: 106.59 g; T: 69.86 g; W: 310.93 g;	E: 2551.15 kcal; B: 81.13 g; T: 91.76 g; W: 366.39 g;	E: 2131.13 kcal; B: 97.47 g; T: 54.89 g; W: 322.17 g;	E: 2503.87 kcal; B: 128.76 g; T: 72.23 g; W: 347.39 g;	E: 2094.54 kcal; B: 80.12 g; T: 74.27 g; W: 278.68 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SOZ.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wodyw.osł.niejad 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ.) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciastka bezglutenowe 50 g (JAJ.)
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL.)		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Pyzy ziemniaczane* 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 90 g Brokuł gotowany* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki puree 150 g (MLE.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 300 ml (SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE.) Brokuł gotowany* 150 g Ziemniaki 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 70 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem* 50 g		
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Jabłko 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Jabłko 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE.)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Buraczki gotowane 50 g		
	E: 2409.05 kcal; B: 98.56 g; T: 92.16 g; W: 310.09 g;	E: 2411.39 kcal; B: 104.91 g; T: 76.99 g; W: 333.48 g;	E: 2997.03 kcal; B: 123.24 g; T: 101.90 g; W: 405.08 g;	E: 2761.53 kcal; B: 130.24 g; T: 91.70 g; W: 347.74 g;	E: 2664.64 kcal; B: 139.26 g; T: 90.27 g; W: 333.38 g;	E: 2388.55 kcal; B: 93.84 g; T: 81.18 g; W: 330.51 g;	E: 2691.61 kcal; B: 123.87 g; T: 81.94 g; W: 374.42 g;	E: 2841.29 kcal; B: 135.47 g; T: 82.62 g; W: 372.17 g;	E: 2348.40 kcal; B: 88.60 g; T: 83.92 g; W: 313.63 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 30 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 30 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na napoju sojowym 400 ml (SOJ, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 30 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Schab gotowany 50 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) mielona Schab gotowany 30 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SOZ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab gotowany 30 g Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ,) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dymna z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g Ciastka bezglutenowe 50 g (JAJ,)
II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 30 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
Obiad	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza gryczana 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza gryczana 150 g Szpinak gotowany z olejem* 60 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Kaszołto wegetariańskie * 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszołto wegetariańskie * 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g (GLU PSZ, SEL,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki puree 150 g (MLE,) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,) Bitka z szynki wieprzowej b/c 100 g (SEL,) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL,) Ziemniaki 150 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twarożek 50 g (MLE,) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Twarożek 50 g (MLE,) Brokuł gotowany* 50 g	
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynekowa dębowa, średnio rozdrob. 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa, średnio rozdrob. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa, średnio rozdrob. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Filet z kurczaka gotowany 50 g Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynekowa dębowa, średnio rozdrob. 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Buraczki z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Filet z kurczaka gotowany 30 g Ogórek kiszony 50 g					Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Filet z kurczaka gotowany 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL,)	
	E: 2448.67 kcal; B: 107.89 g; T: 84.83 g; W: 326.84 g;	E: 2348.04 kcal; B: 104.03 g; T: 76.30 g; W: 319.58 g;	E: 3123.64 kcal; B: 138.68 g; T: 110.09 g; W: 403.69 g;	E: 3096.12 kcal; B: 146.29 g; T: 86.77 g; W: 397.10 g;	E: 2512.14 kcal; B: 131.62 g; T: 81.70 g; W: 321.58 g;	E: 2436.27 kcal; B: 72.98 g; T: 88.24 g; W: 350.31 g;	E: 2487.96 kcal; B: 122.81 g; T: 73.73 g; W: 343.83 g;	E: 3146.41 kcal; B: 143.68 g; T: 81.73 g; W: 411.96 g;	E: 2267.97 kcal; B: 99.04 g; T: 81.94 g; W: 285.04 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na napoju sojowym 400 ml (GLU PSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Makaron na mleku 400 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (SOJ) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II ŚN			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Słupki z marchewki 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (SEL)		
Obiad	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Zapiekanka z ryżu i jabłka 300 g (MLE) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ryż na sytko 150 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sytko (brązowy) 150 g Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem* 60 g Surówka żydowska z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Zapiekanka z ryżu i jabłka 300 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso wiewprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki puree 150 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sytko 150 g Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) b/gl 120 g (JAJ, SEL) Ryż na sytko 150 g Sos pietruszkowy (bez glutenu, mleka)* 80 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Papryka konserwowa 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Papryka konserwowa 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ) Buraczki gotowane 50 g		
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Filet z kurczaka gotowany 50 g Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Rzodkiewka biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Rzodkiewka biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE)			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Dymia z wody 50 g		
	E: 2683.45 kcal; B: 93.81 g; T: 87.79 g; W: 394.68 g;	E: 2254.30 kcal; B: 80.53 g; T: 55.23 g; W: 370.19 g;	E: 2736.52 kcal; B: 112.06 g; T: 95.82 g; W: 367.43 g;	E: 2708.03 kcal; B: 128.65 g; T: 87.64 g; W: 375.77 g;	E: 2473.62 kcal; B: 117.96 g; T: 61.19 g; W: 374.01 g;	E: 2710.91 kcal; B: 86.93 g; T: 92.34 g; W: 392.36 g;	E: 2322.11 kcal; B: 108.13 g; T: 66.12 g; W: 334.65 g;	E: 2717.38 kcal; B: 121.69 g; T: 82.44 g; W: 384.24 g;	E: 2179.63 kcal; B: 79.30 g; T: 83.12 g; W: 282.33 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Ryż na napój sojowy 400 ml (SOJ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Filet z kurczaka gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płatki szynkowe - produkt wstępnie wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Filet z kurczaka gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ, MLE,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Mielona Filet z kurczaka gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Brokuł gotowany* 50 g	Ryż na napój sojowy 400 ml (SOJ,_) Chleb bezglutenowy 110 g (GLU PSZ, MLE,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plasty 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Filet z kurczaka gotowany 30 g Brokuł gotowany* 50 g		
Obiad	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL,_) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Ziemniaki 150 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR,_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Ziemniaki 150 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Kopytka ziemniaczane* 150 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL,_) Ziemniaki 150 g Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR,_) Dymna z wody 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Ziemniaki 150 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL,_) Płatki ziemniaczane 300 g (GLU PSZ, JAJ,_) Salatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR,_) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki puree 150 g (MLE,_) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g (GLU PSZ, SEL,_) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki 150 g Pieczeń rzymska drobiowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL,_) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,_) Ziemniaki 150 g Sos bazylkowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL,_) Dymna z wody 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE,_)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE,_)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Cukinia pieczona z olejem* 50 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Schab gotowany 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Ser żółty 50 g (MLE,_) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Mus z banana 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Fasolka szparagowa z wodą* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (GLU PSZ, MLE,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Marchew gotowana z olejem* 50 g		
	E: 2186.06 kcal; B: 84.65 g; T: 60.26 g; W: 341.26 g;	E: 2265.16 kcal; B: 84.66 g; T: 50.71 g; W: 375.72 g;	E: 2935.90 kcal; B: 115.12 g; T: 80.58 g; W: 443.18 g;	E: 2382.52 kcal; B: 116.45 g; T: 66.94 g; W: 352.49 g;	E: 2460.10 kcal; B: 120.80 g; T: 56.21 g; W: 375.82 g;	E: 2534.42 kcal; B: 66.42 g; T: 103.99 g; W: 353.12 g;	E: 2430.15 kcal; B: 108.55 g; T: 51.51 g; W: 392.32 g;	E: 2532.75 kcal; B: 117.63 g; T: 62.42 g; W: 386.30 g;	E: 2121.64 kcal; B: 83.79 g; T: 59.26 g; W: 315.98 g;	

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna	
2024-01-04 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
		II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem* 50 g	
2024-01-04 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z warzywami i serem zółtym* 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso wieprzowe mielone z marchewką 120 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) Onkologia 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Łopatką wieprzowa pieczona 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
		PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
2024-01-04 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z ciecierzycy 70 g (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z ciecierzycy 70 g (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z ciecierzycy 70 g (<u>JAJ</u>) Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Galaretki drobiowaz udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u>) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		PN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 50 g (<u>SEL</u>)	
		E: 2314.15 kcal; B: 85.74 g; T: 80.81 g; W: 323.16 g;	E: 2133.02 kcal; B: 87.32 g; T: 65.62 g; W: 306.79 g;	E: 2681.21 kcal; B: 109.04 g; T: 94.94 g; W: 358.80 g;	E: 2604.12 kcal; B: 116.37 g; T: 85.41 g; W: 362.65 g;	E: 2327.51 kcal; B: 114.94 g; T: 71.21 g; W: 316.40 g;	E: 2316.14 kcal; B: 74.89 g; T: 75.13 g; W: 348.76 g;	E: 2144.16 kcal; B: 95.11 g; T: 51.98 g; W: 335.11 g;	E: 2614.77 kcal; B: 118.21 g; T: 77.81 g; W: 373.10 g;	E: 1992.43 kcal; B: 79.87 g; T: 68.14 g; W: 267.91 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na napoju sojowym 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mandarynka 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ JAJ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 400 ml (<u>SOJ</u>) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Ogórek kiszony 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Buraczki gotowane plastry 50 g	
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba smażona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB</u>) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brazowym* (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki 150 g Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Warzywa po grecku* 60 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE SEL</u>) Ryba smażona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ JAJ RYB</u>) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki puree 150 g (<u>MLE</u>) Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos majerankowy * 80 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki 150 g Warzywa po grecku* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki 150 g Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL</u>) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 150 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 50 g		
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Papryka konserwowa 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pastę z groszku zielonego b/ml 100 g Papryka konserwowa 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Mielona Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Kukinia pieczona z olejem * 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Schab gotowany plastry 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (<u>MLE</u>)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ GLU ŻYT</u>) Schab gotowany plastry 30 g Dynia z wody 50 g	
	E: 2310.81 kcal; B: 102.53 g; T: 75.61 g; W: 316.68 g;	E: 2243.18 kcal; B: 101.58 g; T: 56.37 g; W: 341.59 g;	E: 2650.24 kcal; B: 116.42 g; T: 79.15 g; W: 379.78 g;	E: 2463.43 kcal; B: 135.62 g; T: 71.93 g; W: 340.98 g;	E: 2409.93 kcal; B: 134.11 g; T: 60.44 g; W: 341.59 g;	E: 2340.14 kcal; B: 87.06 g; T: 83.00 g; W: 326.15 g;	E: 2467.60 kcal; B: 117.14 g; T: 58.46 g; W: 377.99 g;	E: 2620.44 kcal; B: 136.74 g; T: 69.12 g; W: 373.10 g;	E: 2063.77 kcal; B: 86.57 g; T: 57.62 g; W: 303.88 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na n/sojowym 400 ml (GLU PSZ, SOJ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany 30 g Pomidor 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany 30 g Szynka gotowana- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Twaróg półtłusty 100 g (MLE,_) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ, MLE,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) mielona Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,_) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na napoju sojowym 400 ml (SOJ,_) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
II ŚN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,_)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Twarożek 50 g (MLE,_) Papryka świeża 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Twarożek 50 g (MLE,_) Bukiet jęczmieniowy z olejem* 50 g (SEL,_)	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza gryczana 150 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (SEL,_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,_) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ,_) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,_) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza gryczana 150 g Buraczki gotowane 60 g Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 90 g (SEL,_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,_) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Gulasz z soczewicy i papryki () 150 g (GLU PSZ, SEL,_) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,_) Surówka z selera i marchwi z olejem b/c 150 g (SEL,_) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Mięso drobiowe mielone z marchewką 120 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Ziemniaki puree 150 g (MLE,_) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,_) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ,_) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL,_) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(b/gł, b/ml) 80 ml Ziemniaki 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała rozdrobniona 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Schab gotowany 30 g Dymna z wody 50 g	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Galaretki o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Galaretki o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,_) Galaretki o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ser żółty 50 g (MLE,_) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Galaretki o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Galaretki o smaku truskawkowym 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Ser żółty 30 g (MLE,_) Słupki z marchewki 50 g				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Filet z kurczaka gotowany 30 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g	
	E: 2027.60 kcal; B: 98.64 g; T: 60.58 g; W: 286.66 g;	E: 2086.17 kcal; B: 96.61 g; T: 49.06 g; W: 324.44 g;	E: 2664.10 kcal; B: 134.99 g; T: 75.45 g; W: 373.36 g;	E: 2455.56 kcal; B: 136.70 g; T: 73.80 g; W: 336.61 g;	E: 2277.87 kcal; B: 126.08 g; T: 57.14 g; W: 323.75 g;	E: 2192.12 kcal; B: 82.21 g; T: 73.19 g; W: 319.58 g;	E: 2332.42 kcal; B: 101.89 g; T: 59.54 g; W: 358.77 g;	E: 2513.58 kcal; B: 136.01 g; T: 61.02 g; W: 368.63 g;	E: 2007.37 kcal; B: 95.75 g; T: 52.38 g; W: 290.85 g;

	W-wa- ONK Podstawowa	W-wa- ONK Lekkostrawna	W-wa- ONK Bezmleczna lekkostrawna	W-wa- ONK Cukrzycowa	W-wa- ONK Wysokobiałkowa lekkostrawna	W-wa- ONK Beźmięśna	W-wa- ONK Rozdrobniona/Mielona/Przetarta	W-wa- ONK Cukrzyca lekkostrawna	W-wa- ONK Bezglutenowa bezmleczna lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na napoju sojowym 400 ml (GLU PSZ, SOJ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,_) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Papryka świeża 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) mielona Filet z kurczaka gotowany 30 g Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ,_) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 400 ml (SOJ,_) Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,_) Dymia z wody 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 25 g
	II SNI			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Ogórek kiszony 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Hummus z ciecierzycy 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Cukinia pieczona z olejem* 50 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Kluski śląskie* 150 g (JAJ,_) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 60 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 300 g (JAJ, MLE, SEL,_) Kefir 2.0% tl 150g 1 szt (MLE,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Mięso wiewprzowe mielone z marchewką 120 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki puree 150 g (MLE,_) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bitka schabowa 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL,_) Bitka schabowa (bez glutenu) 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Buraczki gotowane plasty 50 g	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Twarożek 100 g (MLE,_) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Twarożek 100 g (MLE,_) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Twarożek 100 g (MLE,_) Słupki z marchewki 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Schab gotowany plasty 50 g Twarożek 100 g (MLE,_) Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR,_) Banan 200 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE,_) Mus z banana 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Twarożek 100 g (MLE,_) Brokuł gotowany* 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 110 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab gotowany plasty 50 g Banan 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Rzepa biała rozdrobniona z jogurtem 50 g (MLE,_)				Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g	
	E: 2269.88 kcal; B: 99.66 g; T: 65.84 g; W: 333.66 g;	E: 2234.21 kcal; B: 99.98 g; T: 60.36 g; W: 327.96 g;	E: 2889.45 kcal; B: 121.88 g; T: 97.38 g; W: 388.34 g;	E: 2486.36 kcal; B: 124.80 g; T: 74.74 g; W: 347.43 g;	E: 2449.16 kcal; B: 127.06 g; T: 67.93 g; W: 337.37 g;	E: 2372.26 kcal; B: 70.21 g; T: 88.79 g; W: 337.79 g;	E: 2239.20 kcal; B: 106.38 g; T: 54.42 g; W: 336.12 g;	E: 2553.81 kcal; B: 128.64 g; T: 72.12 g; W: 354.28 g;	E: 2203.67 kcal; B: 93.08 g; T: 73.33 g; W: 291.99 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,