

WSS im.Stefana Kardynała Wyszyńskiego Al. Kańskie 100 20-718 Lublin, tj. od dnia 2023-12-18 do dnia 2023-12-24 KUCHNIA

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIANŚKA	
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Platki owsiane 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g chleb razowy, żyłt. 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g Ogórek zielony 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platki owsiane 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g sałata masłowa 15 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g twaróg półtłusty 50 g Sałata liść 15 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Twaróg 50 g Sałata liść 15 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platki owsiane 300 ml chleb razowy, żyłt. 100 g masło extra 10 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 100 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g Ogórek zielony 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platki owsiane 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g chleb razowy, żyłt. 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g Ogórek zielony 50 g Pomidor 50 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platki owsiane 300 ml chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g chleb razowy, żyłt. 25 g masło extra 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Ogórek zielony 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	
	II ŚN	Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml	jabłko pieczone 100 g		Budyń na mleku b/c 200 ml	Jabłko 150 g	Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml	Jabłko 150 g		
	Obiad	Zupa kapuśniak 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Sos musztardowy 50 g Kasza kuskus 200 g Marchew zasmażana z groszkiem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Sos pietruszkowy 50 g Kasza kuskus 200 g Marchew zasmażana z groszkiem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Sos pietruszkowy 50 g Kasza kuskus 200 g Jarzynka gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kapuśniak 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Sos pietruszkowy 50 g Kasza kuskus 200 g Marchew zasmażana z groszkiem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kapuśniak 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Kasza kuskus 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Sos musztardowy 50 g Kasza kuskus 200 g Marchew zasmażana z groszkiem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kapuśniak 350 ml Zrazik drobiowy 100 g Kasza kuskus 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Naleśniki z twarogiem waniliowym 250 g Jogurt naturalny sztuka 1 szt Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				chrupki kukurydziane 50 g	Mandarynka 100 g				
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Kielbasa krakowska 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Sałatka brokułowa z olejem 150 g krakowska wieprzowa 50 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g Sałatka brokułowa z olejem 150 g szynka gotowana wieprzowa 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Sałatka brokułowa z olejem 150 g szynka gotowana wieprzowa 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyłt. 100 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyłt. 100 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Kielbasa krakowska 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Kielbasa krakowska 50 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyłt. 100 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Kielbasa krakowska 50 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	bułka pszenna wrocławska 50 g chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 150 g Ser żółty 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt
PN					Chleb razowy 25 g szynka gotowana wieprzowa 30 g			Chleb razowy 25 g szynka gotowana wieprzowa 30 g		

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA
2023-12-19 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml bułka pszenna wrocławska 25 g chleb razowy, żyt. 50 g pierś z indyka gotowana 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g ogórki kiszzone 100 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g pierś z indyka gotowana 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml bułka pszenna wrocławska 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 25 g pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml Bułka pszenna 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 25 g Masło 82% 10 g pierś z indyka gotowana 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g ogórki kiszzone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Pierś z indyka wędlina 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g ogórki kiszzone 100 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml bułka pszenna wrocławska 25 g chleb razowy, żyt. 50 g pierś z indyka gotowana 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g ogórki kiszzone 100 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Pierś z indyka wędlina 50 g Pasta rybna z twarogiem 50 g ogórki kiszzone 100 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml Bułka pszenna 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g Pasta rybna z twarogiem 100 g ogórki kiszzone 100 g Masło 82% 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	II ŚN	Biszkopty 30 g		jabłko pieczone 100 g		Jabłko 150 g		Biszkopty 30 g	Jabłko 150 g	Biszkopty 30 g
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron gotowany 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy 150 g Makaron gotowany 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml			Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron razowy 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron razowy 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron gotowany 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Sos mięsno - jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron razowy 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Sos jarzynowy z pieczarkami 150 g Makaron gotowany 200 g Sałatka z czerwonej papryki 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD						Kefir naturalny 150g 150 g	Kefir naturalny 150g 1 szt	Kefir naturalny 150g 150 g	
	Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	bułka pszenna wrocławska 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Pomidor bez skóry 100 g	bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Pomidor bez skóry 100 g	bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	Chleb razowy 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	Chleb razowy 100 g masło extra 10 g krakowska wieprzowa 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	bułka pszenna wrocławska 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 25 g Ser żółty 50 g Sałatka kalafiorowa 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru ml Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym 100 g	
PN						Chleb razowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g		Chleb razowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g		

WSS im.Stefana Kardynała Wyszyńskiego Al. Kańskie 100 20-718 Lublin, tj. od dnia 2023-12-18 do dnia 2023-12-24 KUCHNIA

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA	
2023-12-20 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Chleb razowy 25 g Bułka pszenna 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Bułka pszenna 50 g Chleb pszenno-żytni 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml Chleb pszenno-żytni 25 g Bułka pszenna 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Chleb razowy 100 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Chleb razowy 100 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Chleb razowy 100 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Chleb razowy 25 g Bułka pszenna 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g szynka gotowana wieprzowa 50 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml Chleb pszenno-żytni 25 g Bułka pszenna 50 g Pasta z fasoli 100 g sałata lodowa 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	II SN	Bułka kajzerka 50g 1 szt Pasta z fasoli 50 g	Bułka kajzerka 50g 1 szt Miód wielokwiatowy 25 g	Bułka grahamka 50g 1 szt Miód wielokwiatowy 25 g	Bułka grahamka 50g 1 szt Pasta z fasoli g	Bułka grahamka 50g 1 szt Pasta z fasoli 50 g	Bułka kajzerka 50g 1 szt Pasta z fasoli 50 g	Bułka grahamka 50g 1 szt Pasta z fasoli 50 g	Bułka kajzerka 50g 1 szt Pasta z fasoli 50 g	Bułka grahamka 50g 1 szt Miód wielokwiatowy 25 g	
	Obiad	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet panierowany z kurczaka 100 g Ryż biały 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż biały 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż biały 200 g Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż brązowy 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż brązowy 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet panierowany z kurczaka 100 g Ryż biały 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż brązowy 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Kotlet pieczony z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 50 g Ryż brązowy 200 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml Makaron ze szpinakiem, serem i słonecznikiem 400 g Mieszanka warzyw królewska 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD							wafle ryżowe 20 g			
	Kolacja	Chleb razowy 50 g Chleb pszenno-żytni 25 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żytni 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g Kiełbasa szynkowa wrocławska 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żytni 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 100 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g pomidory 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 100 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 50 g Chleb pszenno-żytni 25 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g Pomidor 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 100 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Serek fromage 50 g pomidory 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 25 g Chleb pszenno-żytni 50 g Serek fromage 50 g serek topiony 30 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb razowy 25 g Chleb pszenno-żytni 50 g Serek fromage 50 g serek topiony 30 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	
PN						chleb razowy, żytni 30 g szynka gotowana wieprzowa 30 g		chleb razowy, żytni 30 g szynka gotowana wieprzowa 30 g			

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA	
2023-12-21 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 25 g Bułka pszenna 50 g masło extra 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50 g szynka gotowana drobiowa 50 g Sałatka z czerwonej papryki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g masło extra 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta jajeczna z zieleniną 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g masło extra 10 g Pasta z białka jaja 100 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Pasta jajeczna z zieleniną 50 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50 g szynka gotowana drobiowa 50 g Sałatka z czerwonej papryki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 25 g Bułka pszenna 50 g masło extra 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50 g szynka gotowana drobiowa 50 g Sałatka z czerwonej papryki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50 g szynka gotowana drobiowa 50 g Sałatka z czerwonej papryki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 25 g masło extra 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100 g Sałatka z czerwonej papryki 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	II ŚN	Sałatka makaronowa z łososiem 100 g	Sałatka makaronowa z szynką, z olejem 100 g			Sałatka makaronowa z łososiem 100 g				
	Obiad	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z dyni, b/ śmietany 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pietruszkowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos pomidorowo-paprykowy 50 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem z pieczonej dyni 350 ml Pieczeń rzymska 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD					Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa -dieta 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa z olejem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 30 g	chleb razowy, żyt. 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g masło extra 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g masło extra 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g Sałatka jarzynowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt	
PN					Chleb razowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g		Chleb razowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g			

WSS im.Stefana Kardynała Wyszyńskiego Al. Kańskie 100 20-718 Lublin, tj. od dnia 2023-12-18 do dnia 2023-12-24 KUCHNIA

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA	
2023-12-22 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Twaróg 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml chleb razowy, żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g masło extra 10 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Twaróg 50 g Ser żółty 30 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml chleb razowy 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g Ser żółty 30 g Twaróg 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Masło 82% 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	II SN	Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml				Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml
	Obiad	Zupa szczawiowa 350 ml Łazanki z kapustą i pieczarkami 400 g Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Makaron świderok z serem białym i masłem 400 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym b/ml 350 ml Makaron świderok z serem białym i masłem 400 g jabłko pieczone 100 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml Łazanki z kapustą i pieczarkami 400 g Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml Makaron świderok z serem białym i masłem 400 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD						Kefir naturalny 150g 1 szt			
	Kolacja	Pasta hummus 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 50 g Ogórek konserwowy w plastrach 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	Serek topiony 30 g szynka gotowana wieprzowa 50 g pomidory 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	bułka pszenna wrocławska 25 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	Pasta hummus 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g pomidory 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g chleb razowy, żyt. 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	Chleb razowy 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta hummus 50 g Pomidor 50 g Ogórek konserwowy w plastrach 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	Pasta hummus 50 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 50 g Ogórek konserwowy w plastrach 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	Chleb razowy 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta hummus 50 g Pomidor 50 g Ogórek konserwowy w plastrach 50 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g Bułka pszenna 25 g Pasta hummus 100 g Pomidor 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g	
PN					Chleb razowy 25 g Szynka drobiowa wędlina 30 g		Chleb razowy 25 g Szynka drobiowa wędlina 30 g			

WSS im.Stefana Kardynała Wyszyńskiego Al. Kańskie 100 20-718 Lublin, tj. od dnia 2023-12-18 do dnia 2023-12-24 KUCHNIA

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA
2023-12-23 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml bułka pszenna wrocławska 50 g chleb razowy, żyt. 25 g pierś z indyka wędzona 50 g twaróg półtłusty 50 g papryka konserwowa 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g pierś z indyka wędzona 50 g twaróg półtłusty 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml bułka pszenna wrocławska 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 25 g masło extra 10 g Pierś z indyka wędlina 50 g twaróg półtłusty 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Twaróg 50 g Pierś z indyka wędlina 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Twaróg 50 g Pierś z indyka wędlina 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml bułka pszenna wrocławska 50 g chleb razowy, żyt. 25 g pierś z indyka wędzona 50 g twaróg półtłusty 50 g papryka konserwowa 100 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g papryka konserwowa 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml bułka pszenna wrocławska 50 g chleb razowy, żyt. 25 g Miód wielokwiatowy 25g 1 szt twaróg półtłusty 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g masło extra 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II SN	Banan 1 sztuka 150 g				Jabłko 150 g		Banan 1 sztuka 150 g	Jabłko 150 g	Banan 1 sztuka 150 g
	Obiad	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Surówka z selera 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony pieczony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Jarzynka gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino b/mleczna 350 ml Kotlet mielony pieczony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Jarzynka gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony pieczony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Jarzynka gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony pieczony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Surówka z selera 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Surówka z selera 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Kotlet mielony pieczony 100 g Kasza jęczmienna 150 g Surówka z selera 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml Pierogi z soczewicą pieczony 250 g Surówka z selera 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD							Chrupki kukurydziane 30 g		
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Pasta mięsna z warzywami 100 g pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Kawa na mleku niskosłodzona 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	Chleb pszenno-żytni 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Pasta mięsna z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyt. 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyt. 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami 100 g pomidory 100 g Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g Pasta mięsna z warzywami 100 g pomidory 100 g masło extra 10 g Kawa na mleku niskosłodzona 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Pasta mięsna z warzywami 100 g pomidory 100 g Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g bułka pszenna wrocławska 25 g ser żółty pełnotłusty 50 g pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Kawa na mleku niskosłodzona 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt		
PN						Chleb razowy 30 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g		Chleb razowy 30 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g		

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Podstawowa C1	Z ogr. łat przysw węglowodanów C3	WEGETARIAŃSKA
2023-12-24 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g bułka pszenna wrocławska 50 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 100 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb razowy, żyt. 100 g Twarożek z zieleniną 100 g masło extra 10 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g Twarożek z zieleniną 100 g masło extra 10 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g Twarożek z zieleniną 100 g masło extra 10 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml chleb mieszany psz.-żyt. 25 g chleb razowy, żyt. 50 g masło extra 10 g Twarożek z zieleniną 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN	mandarynki 100 g	Mandarynka 100 g	wafle ryżowe 20 g		mandarynki 100 g				Mandarynka 100 g
	Obiad	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Ryż pieczony z jabłkami 350 g Jogurt naturalny szt 1 szt Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml Ryż pieczony z jabłkami 350 g Jogurt naturalny szt 1 szt Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g Surówka z porem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g Surówka z porem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g Surówka z porem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Ryż pieczony z jabłkami 350 g Jogurt naturalny szt 1 szt Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g Surówka z porem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Risotto warzywne z ryżem brązowym 400 g Surówka z porem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z masłem 350 ml Ryż pieczony z jabłkami 350 g Jogurt naturalny sztuka 1 szt Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD	wafle ryżowe 20 g								
	Kolacja	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 50 g Sos grecki 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 75 g Kapusta z pieczarkami 150 g Kompot z suszu 250 ml Kluski z makiem 100 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb mieszany psz.-żyt. 75 g Kompot z suszu 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb razowy, żyt. 100 g Kompot z suszu b/cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb razowy, żyt. 100 g Kompot z suszu b/cukru 250 ml Kapusta z pieczarkami 150 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb razowy, żyt. 100 g Kompot z suszu b/cukru 250 ml Kapusta z pieczarkami 150 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 75 g Kompot z suszu 250 ml Kluski z makiem 100 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb razowy, żyt. 100 g Kompot z suszu b/cukru 250 ml Kapusta z pieczarkami 150 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 150 g chleb razowy, żyt. 100 g Kompot z suszu b/cukru 250 ml Kapusta z pieczarkami 150 g	Barszcz czerwony niezabielany z łazankami 350 ml Miruna pieczona 100 g Sos grecki 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 75 g Kompot z suszu 250 ml Kluski z makiem 100 g
PN						chleb razowy, żyt. 30 g szynka gotowana wieprzowa 30 g		chleb razowy, żyt. 30 g szynka gotowana wieprzowa 30 g		

Oznaczenia alergenów:

- GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,
Sj - Soja i pochodne,
Lak - Laktoza,
O - Orzechy i migdały,
S - Seler i pochodne,
G - Gorczyca i pochodne,
Se - Nasiona sezamu i pochodne,
SO - Siarka,
Ł - Łubin i pochodne,
M - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

- Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany - Węglowodany ogółem,
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Cholesterol - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,
Sól - Sól,