

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		KOLACJA		WARTOŚCI
07.10.23r.	Tarte ciasto na mleku (250ml) pszenica,jaja Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) szynka z indyka (50g) soja,pszenica, seler Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Zupa ziemniaczana (350ml) pszenica,śmietana,seler,gorczycza sos mięsny (150g) pszenica,śmietana,gorczycza,mleko kasza peczak (150g) sałatka z ogórka kisz. (200g) kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) Jajko (50g) Sałatka z pomidora i brokuła (100g) mleko,gorczycza kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2222,9 BIAŁKO g 85,20 TŁUSZCZE g 57,15 WĘGŁODOWANY g 343,22 BŁONNIK g 31,175
08.10.23r.	Kasza kukurydzy. na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty . (100g) Masło (15g) Kieł.krak. (50g) soja Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Rosół z makar. (350ml) pszenica Udka pieczone (350ml) gorczycza Ziemniaki (250g) bukiet jarzyn (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G p	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Paszтет drob. (50g) pszenica,soja,jaja Masło (15g) papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2147,0 BIAŁKO g 84,33 TŁUSZCZE g 74,66 WĘGŁODOWANY g 281,895 BŁONNIK g 27,085
09.10.23r.	Płatki jęczm. na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) dżem x2 (50g) Herbata (200ml) jog owocowy (150g) mleko	G	Kapuśniak z kiełb. i ziem. (350ml) pszenica,seler, gorczycza,mleko,soja makaron z serem (250g) pszenica, masło, mleko Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) serek topiony (50g) masło,mleko,twaróg pomidor (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2243,75 BIAŁKO g 71,31 TŁUSZCZE g 78,78 WĘGŁODOWANY 307,505 BŁONNIK g 25,05
10.10.23r.	Płatki owsiane na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) Szyn.wieprz (50g) Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Grochówka z makaronem (350ml) pszenica,seler, gorczycza,mleko Gulasz z fileta z w sos.pomid. (150g) śmietana,seler ryż (150g) brokuł (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) Paszтет drob. (50g) pszenica,soja,jaja papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2134,75 BIAŁKO g 92,23 TŁUSZCZE g 57,85 WĘGŁODOWANY g 315,385 BŁONNIK g 37,18
11.10.23r.	Makaron gwiaz. na mleku (250ml) pszenica Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) twaróg (100g) Herbata (200ml) banan (150g)	G	Krupnik (350ml) kasza,jęczm,śmietana,pszenica,gorczycza kotlet mielony (100g) jaja,pszenica ziemniaki (250g) surówka z białej kapusty (200g) kompot z jabłek (200ml)	G S	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) pasta rybna z jajkiem (100g) sałatka z ogórka kons. i cebuli (100g) gorczycza herbata (200ml)	G	W.ENERGET. kcal 2185,30 BIAŁKO g 85,58 TŁUSZCZE g 61,04 WĘGŁODOWANY g 322,43 BŁONNIK g 30,23
12.10.23r.	Tarte ciasto na mleku (250ml) pszenica,jaja Chleb pszen-żyty . (100g) szynka drobiowa (50g) soja,pszenica, seler Masło (15g) Herbata (200ml) serek homogniz. (150g) mleko	G	Barszcz ukraiński (350ml) soja,seler,gorczycza schab duszony (100g) sos mleko,gorczycza,śmietana kasza gryczana (150g) jarzynka na ciepło (200g) śmietana Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) kiełb.krak (50g) soja pomidor (100g) Kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2551,6 BIAŁKO g 103,74 TŁUSZCZE g 85,9 WĘGŁODOWANY g 346,93 BŁONNIK g 30,23
13.10.23r.	Płatki jęczmienne na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) dżem x2 (50g) maślanka owocowa (400g) mleko	G	Pieczarkowa z makar.(350ml) śmietana,pszenica,gorczycza ryba panierowana (100g) jaja,pszenica,gorczycza ziemniaki (250g) marchewka z groszkiem (200g) kompot z jabłek (200ml)	G S	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) serek naturalny (100g) mleko rukola (35g) Kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2287,0 BIAŁKO g 100, TŁUSZCZE g 77,85 WĘGŁODOWANY g 321,90 BŁONNIK g 31,55

14.10.23r.	Płatki kukurydzyz. na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) połud.sopoc. (50g) pszenica,soja Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Ogórkowa z ryżem (350ml) pszenica,śmietana, gorczyca kotleciki z jaj (100g) pszenica ziemniaki (250g) buraczki na zimno (250g) Kompot z jabłek (200ml)	G S	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) ser żółty (50g) mleko papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2285,65 BIAŁKO g 77,23 TŁUSZCZE g 70,61 WĘGŁODOWANY g 325,155 BŁONNIK g 31,65
15.10.23r.	Płatki owsiane na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) szynka konser.(50g) soja,pszenica,gluten masło (15g) Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Pomidorowa z makaronem (350ml) pszenica,śmietana,gorczyca Filet duszony (100g) sos jaja,pszenica Ziemniaki (250g) surówka kap. pekińskiej (200g) gorczyca,śmietana Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (50g) pszenica,żyto Masło (15g) serek topiony (50g) masło,mleko,twaróg ogórek świeży (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2245,80 BIAŁKO g 83,89 TŁUSZCZE g 81,71 WĘGŁODOWANY g 291,01 BŁONNIK g 26,90
16.10.23r.	Płatki jęczmieni. na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) szynka z indyka (50g)soja,pszenica, seler Herbata(200ml) serek homogeniz. (150g) mleko	G	Barszcz czerwony z jajkiem (250ml) śmietana Ryż z jabłkami (300g) mleko Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) pasztet drob. (50g) pszenica,soja,jaja pomidor (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2359,10 BIAŁKO g 72,93 TŁUSZCZE g 70,81 WĘGŁODOWANY g 356,025 BŁONNIK g 28,27
17.10.23r.	K.kukurydziana na mleku (250ml) Chleb pszen-żyty (100g) Masło (15g) ser żółty (50g) mleko Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Jarzynowa z tartym ciastem(350ml) jaja,śmietana,pszenica,gorczyca schab panierowany (100g) pszenica,jaja ziemniaki (250g) mizeria (200g) śmietana kompot z jabłek (200ml)	G S	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto Masło (15g) szynka wieprz. (50g) papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto	G	W.ENERGET. kcal 2469,35 BIAŁKO g 91,54 TŁUSZCZE g 89,58 WĘGŁODOWANY g 302,14 BŁONNIK g 27,71
18.10.23r.	Makaron na mleku (250ml) pszenica Chleb jasny (100g) Masło (15g) Kieł.krak. (50g) soja Herbata (200ml) banan (150g)	G	Kalafiorowa z ryżem (350ml) śmietana,pszenica,gorczyca kluski śląskie (10szt) jaja,pszenica sos mięsny (150g) pszenica,śmietana,gorczyca,mleko surówka z czerwonej kapusty (200g) gorczyca Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb razowy (100g) pszenica,żyto pasta rybna z twarogiem (100g) Masło (15) sałatka z ogórka kons. i cebuli (100g) gorczyca Herbata (200ml)	G	W.ENERGET. kcal 2315,05 BIAŁKO g 89,79 TŁUSZCZE g 61,92 WĘGŁODOWANY g 348,82 BŁONNIK g 29,54

Obróbka termiczna: G-gotowanie, S-smażenie, D-duszenie, P-pieczenie

Alergeny oznaczono pogrubieniem i mniejszą czcionką

Jadospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianom

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		KOLACJA		WARTOŚCI
07.10.23r.	Kasza manna na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) szyn. z indyka (50g) soja,pszenica,seler Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Zupa ziemniaczana (350ml)pszenica,śmietana,gorczyca gulasz drobiowy (150g)pszenica,śmietana ryż (150g) jarzynka na ciepło (200g) śmietana kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) masło (15g) szyn.kons. (50g) soja,pszenica,gluten pomidor b/s (100g) Kawa z mlekiem (200ml) jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2195,6 BIAŁKO g 87,89 TŁUSZCZE g 53,11 WĘGŁODOWANY g 343, BŁONNIK g 23,6
08.10.23r.	Kasza kukurydz. na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) Kiełb.krak. (50g) soja Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Rosół z makar. (350ml) pszenica,seler,gorczyca Udko gotowane (200g) Ziemniaki (250g) bukiet jarzyn (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) Miód x2 (50g) Masło (15g) Kawa z mlekiem(200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2064,3 BIAŁKO g 68,35 TŁUSZCZE g 51,16 WĘGŁODOWANY g 335,96 BŁONNIK g 23,34
09.10.23r.	Pł. jęczmien. na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) Dżem x2 (50g) Herbata (200ml) jogurt owocowy (150g) mleko	G	Zupa ziemniaczana (350ml)pszenica,śmietana,gorczyca makaron z serem (250g)pszenica,masło,twórog Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna 100g Masło (15g) szynka drob. (50g)soja,pszenica,seler pomidor b/s (100g) Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2106,95 BIAŁKO g 80,95 TŁUSZCZE g 55,70 WĘGŁODOWANY g 318,47 BŁONNIK g 16,5
10.10.23r.	Kasza manna na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) Szyn.wieprz. (50g) Herbata (200ml) banan (150g)	G	Jarzynowa z makar. (350ml)pszenica,śmietana,gorczyca Gulasz z fileta z w sos.pomid. (150g)śmietana,gorczyca,seler ryż (150g) brokuł (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) szynka kons. (50g)soja,pszenica,gluten Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2134,75 BIAŁKO g 89,69 TŁUSZCZE g 50,44 WĘGŁODOWANY g 292,47 BŁONNIK g 20,39
11.10.23r.	Płatki kukurydz. na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) twaróg (50g) + miód (25g) Masło (15g) Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Krupnik (350ml) kasza jęczm,śmietana,pszenica,gorczyca pulpet drobiowy (100g) sos jaja,pszenica ziemniaki (250g) buraczki (200g) śmietana,pszenica kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Połud.sopoc. (50g)pszenica,soja Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2185,3 BIAŁKO g 85,58 TŁUSZCZE g 61,04 WĘGŁODOWANY g 322,43 BŁONNIK g 30,23
12.10.23r.	Kasza manna na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) szynka drob. (50g) soja,pszenica,seler Masło (15g) Herbata (200ml) serek homogeniz. (150g)mleko	G	Pomidorowa z ryżem (350ml) śmietana,pszenica,gorczyca schab duszony (100g) sos mleko,gorczyca,śmietana ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g)śmietana Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) kiełb krak. (50g)soja pomidor b/s (100g) Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2338,8 BIAŁKO g 86,74 TŁUSZCZE g 80,55 WĘGŁODOWANY g 320,115 BŁONNIK g 22,85
13.10.23r.	Płatki jęczmienne na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) dżem x2 (50g) maślanka owocowa (400g)mleko	G	Jarzynowa z makar. (350ml)śmietana,pszenica,gorczyca ryba duszona (100g)gorczyca,mleko ziemniaki (250g) marchewka (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) serek naturalny (100g)mleko rukola (35g) Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto	G	W.ENERGET. kcal 2225,85 BIAŁKO g 104,45 TŁUSZCZE g 73,16 WĘGŁODOWANY g 323,06 BŁONNIK g 22,54

14.10.23r.	Kasza kukurydz. na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) połęd.sopoc. (50g) <small>pszenica,soja</small> Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Koperkowa z ryżem (350ml) <small>śmietana,pszenica,gorczyca</small> gulasz drobiowy (150g) <small>pszenica,śmietana</small> ziemniaki (250g) buraczki na zimno (250g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Szyn.drob. (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Masło (15g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2258,65 BIAŁKO g 83,73 TLUSZCZE g 54,045 WĘGŁODOWANY g 307,32 BŁONNIK g 21,025
15.10.23r.	Kasza manna na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) szynka kons. (50g) <small>soja,pszenica,gluten</small> masło (15g) Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Pomidorowa z makar. (350ml) <small>pszenica,śmietana,gorczyca</small> Filet duszony (100g) sos jaja, <small>śmietana,pszenica</small> Ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g) <small>śmietana</small> Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Miód x2 (50g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2245,80 BIAŁKO g 83,89 TLUSZCZE g 81,71 WĘGŁODOWANY g 291,01 BŁONNIK g 26,90
16.10.23r.	Płatki jęczmień na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) szynka z indyka (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Herbata(200ml) serek homogeniz. (150g) <small>mleko</small>	G	Zupa ziemniaczana (250ml) <small>pszenica,śmietana,gorczyca</small> Ryż z jabłkami (300g) <small>mleko</small> Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Kiełb.krak. (50g) <small>soja</small> pomidor b/s (100g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2390,40 BIAŁKO g 82,16 TLUSZCZE g 58,49 WĘGŁODOWANY g 386,18 BŁONNIK kcal 21,78
17.10.23r.	K.kukurydz. na mleku (250ml) bułka pszenna (100g) Masło (15g) Dżem x2 (50g) Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Jarzynowa makaronem (350ml) <small>pszenica,śmietana,gorczyca</small> schab duszony (100g) sosem <small>mleko,gorczyca,śmietana</small> ziemniaki (250g) Buraczki (200g) <small>śmietana,pszenica</small> kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) masło (15g) szyn.wieprz. (50g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2213,4 BIAŁKO g 75,91 TLUSZCZE g 70,93 WĘGŁODOWANY g 319,74 BŁONNIK g 21,56
18.10.23r.	Makaron na mleku (250ml) <small>pszenica</small> bułka pszenna (100g) Masło (15g) Kiełb.krak. (50g) <small>soja</small> Herbata (200ml) banan (150g)	G	Ryż na rosole (350ml) <small>seler</small> udko gotowane (200g) ziemniaki (250g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) twaróg (100g) Masło (15g) Kawa z mlekiem(200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2162,35 BIAŁKO g 91,52 TLUSZCZE g 61,15 WĘGŁODOWANY g 314,36 BŁONNIK g 23,29

Obróbka termiczna: G-gotowanie, S-smażenie,
Alergeny oznaczono pogrubieniem i mniejszą
czcionką

D-duszenie, P-pieczenie

Jadł. z przyczyn niezależnych może ulec zmianom

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z
OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
07.10.23r.-18.10.23r.

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		KOLACJA		WARTOŚCI
07.10.23r.	Kasza mann a na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) szyn. z indyka (50g) <i>soja,pszenica,seler</i> Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Zupa ziemniaczana (350ml) <i>pszenica,śmietana,gorczyca</i> gulasz drobiowy (150g) <i>pszenica,śmietana</i> ryż (150g) jarzynka na ciepło (200g) <i>śmietana</i> kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) masło (15g) miód x2 (50g) Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2123,1 BIAŁKO g 89,23 TŁUSZCZE g 40,61 WĘGŁODOWANY g 348,79 BŁONNIK g 20,56
08.10.23r.	Kasza kukurydz. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) Kiełb.krak. (50g) <i>soja</i> Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Zupa ryżowa (350ml) <i>seler,gorczyca</i> Udko gotowane (200g) Ziemniaki (250g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) Szyn. drobiowa (50g) <i>soja,pszenica,seler</i> Masło (15g) Kawa z mlekiem(200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2064,3 BIAŁKO g 73,45 TŁUSZCZE g 40,38 WĘGŁODOWANY g 338,075 BŁONNIK g 23,34
09.10.23r.	Pł. jęczmien. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) Dżem x2 (50g) Herbata (200ml) jogurt owocowy (150g) <i>mleko</i>	G	Zupa ziemniaczana (350ml) <i>pszenica,śmietana,gorczyca</i> pulpet drob. (100g) sos ryż (150g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna 100g Masło (15g) szynka drob. (50g) <i>soja,pszenica,seler</i> Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2342,85 BIAŁKO g 96,56 TŁUSZCZE g 52,51 WĘGŁODOWANY g 373,68 BŁONNIK g 22,52
10.10.23r.	Kasza mann a na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) Szyn.wieprz. (50g) Herbata (200ml) banan (150g)	G	Jarzynowa z makar. (350ml) <i>pszenica,śmietana,gorczyca</i> Gulasz z fileta z w sos.koperkowym (150g) <i>śmietana,gorczyca,seler</i> ryż (150g) buraczki na zimno (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) szynka kons. (50g) <i>soja,pszenica,gluten</i> Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2012,65 BIAŁKO g 89,91 TŁUSZCZE g 43,16 WĘGŁODOWANY g 317,01 BŁONNIK g 20,38
11.10.23r.	Płatki kukurydz. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) twaróg (50g) + miód (25g) Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Krupnik (350ml) <i>kasza jęczm,śmietana,pszenica,gorczyca</i> pulpet drobiowy (100g) sos <i>jaja,pszenica</i> ziemniaki (250g) buraczki (200g) <i>śmietana,pszenica</i> kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Połęd.sopoc. (50g) <i>pszenica,soja</i> Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2063,0 BIAŁKO g 90,3 TŁUSZCZE g 42,79 WĘGŁODOWANY g 328,30 BŁONNIK g 21,23
12.10.23r.	Kasza mann a na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) szynka drob. (50g) <i>soja,pszenica,seler</i> Herbata (200ml) serek homogeniz. (150g) <i>mleko</i>	G	Zupa ryżowa (350ml) <i>śmietana,pszenica,gorczyca</i> schab duszony (100g) sos <i>mleko,gorczyca,śmietana</i> ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g) <i>śmietana</i> Kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) kiełb krak. (50g) <i>soja</i> Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2117,55 BIAŁKO g 84,77 TŁUSZCZE g 66,97 WĘGŁODOWANY g 296,32 BŁONNIK g 20,81
13.10.23r.	Płatki jęczmienne na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) dżem x2 (50g) maślanka owocowa (400g) <i>mleko</i>	G	Jarzynowa z makar. (350ml) <i>śmietana,pszenica,gorczyca</i> ryba duszona (100g) <i>gorczyca,mleko</i> ziemniaki (250g) marchewka (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Bułka pszenna (100g) serek naturalny (100g) <i>mleko</i> Kawa z mlekiem (200ml) <i>jęczmień,żyto</i>	G	W.ENERGET. kcal 2202,60 BIAŁKO g 105,19 TŁUSZCZE g 73,92 WĘGŁODOWANY g 313,87 BŁONNIK g 21,98

14.10.23r.	Kasza kukurydz. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) połęd.sopoc. (50g) <small>pszenica,soja</small> Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Koperkowa z ryżem (350ml) <small>śmietana,pszenica,gorczyca</small> gulasz drobiowy (150g) <small>pszenica,śmietana</small> ziemniaki (250g) buraczki na zimno (250g) Kompot z jabłek (200ml)	GD	Bułka pszenna (100g) Szyn.drob. (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Masło (15g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 1981,6 BIAŁKO g 85,33 TŁUSZCZE g 48,12 WĘGŁODOWANY g 300,92 BŁONNIK g 20,19
15.10.23r.	Kasza manna na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) szynka konserwowa (50g) <small>soja,pszenica,gluten</small> Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Zupa ryżowa (350ml) <small>gorczyca</small> Filet duszony (100g) sos jaja, <small>śmietana,pszenica</small> Ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g) <small>śmietana</small> Kompot z jabłek (200ml)	GD	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Miód x2 (50g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2180,15 BIAŁKO g 76,36 TŁUSZCZE g 52,32 WĘGŁODOWANY g 355,01 BŁONNIK g 24,7
16.10.23r.	Płatki jęczm. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) szynka z indyka (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Herbata(200ml) serek homogeniz. (150g) <small>mleko</small>	G	Zupa ziemniaczana (250ml) <small>pszenica,śmietana,gorczyca</small> Ryż z jabłkami (300g) <small>mleko</small> Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) Masło (15g) Kiełb.krak. (50g) <small>soja</small> Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2395,90 BIAŁKO g 82,91 TŁUSZCZE g 59,29 WĘGŁODOWANY g 384,18 BŁONNIK g 20,58
17.10.23r.	K.kukurydz. na mleku (300ml) bułka pszenna (100g) dżem x 2 (50g) Herbata (200ml) jabłko gotowane (150g)	G	Jarzynowa makaronem (350ml) <small>pszenica,śmietana,gorczyca</small> schab duszony (100g) sosem <small>mleko,gorczyca,śmietana</small> ziemniaki (250g) Buraczki (200g) <small>śmietana,pszenica</small> kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) masło (15g) szyn.wieprz. (50g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2168,65 BIAŁKO g 77,48 TŁUSZCZE g 64,23 WĘGŁODOWANY g 321,71 BŁONNIK g 21,64
18.10.23r.	Makaron na mleku (300ml) <small>pszenica</small> bułka pszenna (100g) Kiełb.krak. (50g) <small>soja</small> Herbata (200ml) banan (150g)	G	Zupa ryżowa (350ml) <small>seler</small> udko gotowane (200g) ziemniaki (250g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Bułka pszenna (100g) twaróg (100g) Masło (15g) Kawa z mlekiem (200ml) <small>jęczmień,żyto</small>	G	W.ENERGET. kcal 2076,25 BIAŁKO g 93,025 TŁUSZCZE g 49,85 WĘGŁODOWANY g 316,37 BŁONNIK g 23,39

Obróbka termiczna: G-gotowanie, S-smażenie, D-duszenie, P-pieczenie

Alergeny oznaczono pogrubieniem i mniejszą czcionką

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianom

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		KOLACJA		WARTOŚCI
07.10.23r.	Chleb razowy(100g)pszenica,żyto Masło (15g) Szyn.z indyka (50g)soja,pszenica,seler Herbata (200ml) Jabłko (150g)	G	Zupa ziemniaczana(350ml)śmietana,pszenica,gorczyca gulasz drobiowy (150g)śmietana,pszenica kasza gryczana (150g) jarzynka na ciepło (100g)śmietana kalafior (200g) kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) jajko (50g) sałatka z pomidora i brokuła (100g) mleko Kawa z mlekiem (200ml) jęczmień,żyto p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto+20g szyn.wieprz.	G	W.ENERGET. kcal 2100,52 BIAŁKO g 86,03 TŁUSZCZE g 54,05 WĘGŁODOWANY g 322,36 BŁONNIK g 47,79
08.10.23r.	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) Kiełb.krak. (50g)soja Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Rosół z makar. (350ml) pszenica,seler,gorczyca Udko gotowane (200g) Ziemniaki (250g) bukiet jarzyn (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) Paszтет drob. (50g)pszenica,soja,jaja Papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200m)jęczmień,żyto p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto +20g szyn.kons.soja,pszenica,gluten	G	W.ENERGET. kcal 1955,3 BIAŁKO g 76,68 TŁUSZCZE g 48,58 WĘGŁODOWANY g 284,24 BŁONNIK g 47,98
09.10.23r.	Chleb razowy 100gpszenica,żyto Masło (15g) Jajko (50g) Herbata (200ml) jog. naturalny (150g) mleko	G	Zupa ziemniaczana(350ml)śmietana,pszenica,gorczyca makaron z serem (250g)pszenica,masło,twaróg Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) szynka drob. (50g) soja,pszenica,seler pomidor b/s (100g) Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto +20g kiełb.krak. soja	G	W.ENERGET. kcal 1939,35 BIAŁKO g 74,89 TŁUSZCZE g 56,37 WĘGŁODOWANY g 275,65 BŁONNIK g 30,46
10.10.23r.	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) Szyn.wieprz. (50g) Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Jarzynowa z makar (350ml)śmietana,pszenica,gorczyca Gulasz z fileta z w sos.pomid. (150g)śmietana,pszenica,gorczyca kasza gryczana (150g) brokuł (200g) kalafior (100g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) paszтет drob. (50g)pszenica,soja,jaja papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto+20gpołęd.sopoc. pszenica,soja	G	W.ENERGET. kcal 1932,50 BIAŁKO g 86,52 TŁUSZCZE g 54,74 WĘGŁODOWANY g 279,14 BŁONNIK g 39,57
11.10.23r.	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) Szyn. kons. (50g)soja,pszenica,gluten Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Krupnik (350ml)śmietana,pszenica,gorczyca,kasza jęczm, pulpet drobiowy (100g) sos jaja,pszenica,śmietana ziemniaki (250g) buraczki (100g) śmietana,pszenica brukselki (200g) kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) pasta rybna z jajkiem (100g) sałatka z ogórka kons. i cebuli (100g)gorczyca Herbata (200ml) p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto+20g szyn. z ind. soja,pszenica,seler	G	W.ENERGET. kcal 2048,22 BIAŁKO g 89,43 TŁUSZCZE g 53,85 WĘGŁODOWANY g 308,54 BŁONNIK g 38,55
12.10.23r.	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) szynka drob. (50g)soja,pszenica,seler Herbata serek homog. b/c (150g)mleko	G	Pomidorowa z ryżem (350ml)śmietana,pszenica,gorczyca schab duszony (100g) sos mleko,gorczyca,śmietana kasza grycz. (150g) jarzynka na ciepło (100g) śmietana fasolka szparag. (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) kieł.krak. (50g)soja pomidor (100g) Kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto+20g szyn.kons.soja,pszenica,gluten	G	W.ENERGET. kcal 2305,2 BIAŁKO g 95,52 TŁUSZCZE g 80,52 WĘGŁODOWANY g 294,34 BŁONNIK g 38,78
13.10.23r.	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) jajko (50g) Herbata (200ml) kefir (200g)mleko	G	Jarzynowa z makar. (350ml)śmietana,pszenica,gorczyca ryba duszona (100g) gorczyca,mleko ziemniaki (250g) marchewka (100g) brokuł (200g) kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g)pszenica,żyto Masło (15g) serek naturalny (100g)mleko rukola (35g) kawa z mlekiem (200ml)jęczmień,żyto p.nocny:1 kromka chleb raz.,pszenica,żyto+20g szyn.wieprz.	G	W.ENERGET. kcal 2123,45 BIAŁKO g 114,14 TŁUSZCZE g 76,87 WĘGŁODOWANY g 273,08 BŁONNIK g 37,5

14.10.23r.	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) połęd.sopoc. (50g) pszenica, soja Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Koperkowa z ryżem (350ml) śmietana, pszenica, gorczyca gulasz drobiowy (150g) śmietana, pszenica ziemniaki (250g) buraczki na zimno (100g) kalafior (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) szynka drob. (50g) soja, pszenica, seler papryka czerwona (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto p.nocny: 1 kromka chleb raz., pszenica, żyto + 20g szyn.kons. soja, pszenica, gluten	G	W.ENERGET. kcal 1917,15 BIAŁKO g 81,47 TŁUSZCZE g 53,37 WĘGŁODOWANY g 275,61 BŁONNIK g 37,26
15.10.23r.	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) szynka kons. (50g) soja, pszenica, gluten Herbata 200 Jabłko (150g)	G	Pomidorowa z makaronem (350ml) śmietana, pszenica, gorczyca Filet duszony (100g) sos jaja, pszenica, śmietana kasza grycz. (150g) jarzynka na ciepło (100g) śmietana brukselka (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (50g) pszenica, żyto Masło (15g) kielb.krak. (50g) soja ogórek świeży (100g) kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto p.nocny: 1 kromka chleb raz., pszenica, żyto + 20g połęd.sopoc.	G	W.ENERGET. kcal 2071,8 BIAŁKO g 86,33 TŁUSZCZE g 63,73 WĘGŁODOWANY g 289,71 BŁONNIK g 42,25
16.10.23r.	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) szynka z ind. (50g) soja, pszenica, seler Herbata (200ml) serek homog. b/c (100g) mleko	G	Zupa ziemniaczana (250ml) śmietana, pszenica, gorczyca udko gotowane (200g) kasza grycz. (150g) marchewka (100g) brokuł (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) pasztet drob. (50g) pszenica, soja, jaja pomidor (100g) Kawa z mlekiem (200ml) jęczmień, żyto p.nocny: 1 kromka chleb raz., pszenica, żyto + 20g szyn.wieprz.	G	W.ENERGET. kcal 2306,40 BIAŁKO g 100,59 TŁUSZCZE g 78,93 WĘGŁODOWANY g 299,68 BŁONNIK g 38,26
17.10.23r.	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) jajko (50g) Herbata (200ml) Jabłko (150g)	G	Jarzynowa makaronem (350ml) śmietana, pszenica, gorczyca schab duszony (100g) sosem mleko, gorczyca, śmietana ziemniaki (250g) Buraczki (100g) śmietana, pszenica fasol.szparag. (200g) kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G D	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) szyn.wieprz. (50g) papryka czerwona (100g) Kawa z mlekiem (200ml) p.nocny: 1 kromka chleb raz., pszenica, żyto + 20g szyn.drob. soja, pszenica, seler	G	W.ENERGET. kcal 2076,55 BIAŁKO g 80,47 TŁUSZCZE g 71,4 WĘGŁODOWANY g 279,51 BŁONNIK g 41,61
18.10.23r.	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) Kielb.krak. (50g) soja Herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Ryż na rosole (350ml) seler, gorczyca udko gotowane (200g) ziemniaki (250g) marchewka (100g) brokuł (200g) Kompot z jabłek (200ml) jabłko (150g)	G	Chleb razowy (100g) pszenica, żyto Masło (15g) pasta rybna z twarogiem (100g) sałatka z ogórka kons i cebuli (100g) gorczyca herbata (200ml) p.nocny: 1 kromka chleb raz., pszenica, żyto + 20g szyn.kons. soja, pszenica, gluten	G	W.ENERGET. kcal 2005,05 BIAŁKO g 85,06 TŁUSZCZE g 59,32 WĘGŁODOWANY g 288,98 BŁONNIK g 36,37

Obróbka termiczna: G-gotowanie, S-smażenie, D-duszenie, P-pieczenie

Alergeny oznaczono pogrubieniem i mniejszą czcionką

Jadospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianom

DATA	ŚNIADANIE		OBIAD		KOLACJA	WARTOŚCI
07.10.23r.	Tarte ciasto na rosole (250ml) pszenica,jaja Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Szyn.z indyka (50g)soja,pszenica,seler Herbata (200ml) Jabłko gotowane 150g)	G	Zupa ziemniaczana (350ml) pszenica,gorczyca gulasz drobiowy (150g) pszenica ryż (150g) jarzynka na ciepło (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Szynka kons. (50g) soja,pszenica Masło (15g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 2082,40 BIAŁKO g 86,03 TLUSZCZE g 54,05 WĘGŁODOWANY g 322,36 BŁONNIK g 41,79
08.10.23r.	Krupnik (250ml) kasza jęczmienna Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Kiełb.krak. (50g)soja Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Rosół z makar. (350ml) pszenica,seler,gorczyca Udka gotowane (200g) Ziemniaki (250g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb pszen-żył (100g) Miód x2 (50g) Masło (15g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 1887,15 BIAŁKO g 76,68 TLUSZCZE g 48,58 WĘGŁODOWANY g 284,24 BŁONNIK g 47,98
09.10.23r.	Tarte ciasto na rosole (250ml) pszenica,jaja Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Dżem x2 (50g) Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Zupa ziemniaczana (350ml) pszenica,gorczyca pulpet drob. (100g) sos pszenica,jaja ryż (150g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) szynka drob. (50g) soja,pszenica,seler Herbata 200ml	G W.ENERGET. kcal 2169,6 BIAŁKO g 78,8 TLUSZCZE g 56,37 WĘGŁODOWANY g 275,65 BŁONNIK g 29,72
10.10.23r.	Kasza manna na rosole (250ml) Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) jajko (50g) Herbata (200ml) banan (150g)	G	Jarzynowa z makaronem (350ml) pszenica,gorczyca Gulasz z fileta z w sos.pomid. (150g) ryż (150g) buraczki (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Szynka kons.(50g)soja,pszenica Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 2115,35 BIAŁKO g 74,59 TLUSZCZE g 54,10 WĘGŁODOWANY g 279,14 BŁONNIK g 39,57
11.10.23r.	Zupa ziemniaczana (250ml) pszenica Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Szyn.wieprz. (50g) Herbata (200ml) Jabłko gotowane (150g)	G	Krupnik (350ml) kasza jęczmienna, pszenica,gorczyca pulpet drobiowy (100g) sos jaja,pszenica ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Miód x2 (50g) Herbata 200ml	G W.ENERGET. kcal 2179,7 BIAŁKO g 69,29 TLUSZCZE g 44,09 WĘGŁODOWANY g 380,58 BŁONNIK g 28,61
12.10.23r.	Tarte ciasto na rosole (250ml) pszenica,jaja Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) szynka drob. (50g)soja,pszenica,seler Herbata (200ml) Kisiel jabłkowy (150g)	G	Pomidorowa z ryżem (350ml) pszenica,gorczyca schab duszony (100g) sos gorczyca ziemniaki (250g) buraczki (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) kiełb.krak. (50g)soja Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 2125,65 BIAŁKO g 67,27 TLUSZCZE g 75,2 WĘGŁODOWANY g 300,75 BŁONNIK g 29,58
13.10.23r.	Krupnik (250ml) kasza jęczmienna Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) dżem x2 (50g) Herbata (200ml) galaretka owocowa (175g)	G	Jarzynowa z makar. (350ml) pszenica,gorczyca ryba duszona (100g) gorczyca ziemniaki (250g) marchewka (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) jajko x2 (100g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 1939,45 BIAŁKO g 88,99 TLUSZCZE g 46,95 WĘGŁODOWANY g 324,66 BŁONNIK g 28,32
14.10.23r.	Zupa ziemniaczana (250ml) chleb pszen-żył (100g) Masło (15g) Połęd.sopoc. (50g) pszenica,soja Herbata (200ml)	G	Koperkowa z ryżem (350ml)pszenica,gorczyca gulasz drobiowy (150g)pszenica ziemniaki (250g) buraczki na zimno (250g)	G D	Chleb pszen-żył (100g) Szynka drob. (50g)soja,pszenica,seler Masło (15g) herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 1870,15 BIAŁKO g 64,96 TLUSZCZE g 54,45

	jabłko (150g)		Kompot z jabłek (200ml)			WĘGŁODOWANY g 283,36 BŁONNIK g 26,04
15.10.23r.	Ryż na rosole (250ml) Chleb pszen-żyt (100g) Masło (15g) Szynka konserwowa (50g) <small>soja,pszenica</small> herbata (200ml) jabłko (150g)	G	Pomidorowa z makaronem (350ml) <small>pszenica,gorczyca</small> Filet duszony (100g) sos <small>jaja,pszenica</small> Ziemniaki (250g) jarzynka na ciepło (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żyt (100g) Masło (15g) Miód x2 (50g) herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 1993 BIAŁKO g 61,8 TŁUSZCZE g 54,69 WĘGŁODOWANY g 319 BŁONNIK g 30,24
16.10.23r.	Kasza manna na rosole (250ml) Chleb pszen-żyt (100g) Masło (15g) szynka z indyka (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Herbata (200ml) Jabłko praż. z cynamon. (150g)	G	Zupa ziemniaczana (250ml) <small>pszenica,gorczyca</small> Ryż z jabłkami (300g) Kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żyt 100g Masło (15g) Jajko x 2 (100g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 2203,5 BIAŁKO g 54,08 TŁUSZCZE g 46,21 WĘGŁODOWANY g 395,67 BŁONNIK g 26,51
17.10.23r.	Krupnik (350ml) <small>kasza jęczmienna</small> Chleb pszen-żyt (100g) Masło (15g) dżem x2 (50g) Herbata (200ml) Jabłko gotowane 150g)	G	Jarzynowa makaronem (350ml) <small>pszenica,gorczyca</small> schab duszony (100g) <small>sosem gorczyca</small> ziemniaki (250g) Buraczki (200g) kompot z jabłek (200ml)	G D	Chleb pszen-żyt (100g) Szynka wieprz. (50g) Masło (15g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 2251 BIAŁKO g 64,65 TŁUSZCZE g 73,64 WĘGŁODOWANY g 338,71 BŁONNIK g 30,56
18.10.23r.	Pomidorowa z makar. (250ml) pszenica Chleb pszen-żyt (100g) Masło (15g) jajecznica 100g +kiełb.krak. 30g <small>jaja,soja</small> Herbata (200ml) banan (150g)	G	Ryż na rosole (350ml) <small>seler,gorczyca</small> udko gotowane (200g) ziemniaki (250g) marchewka (200g) Kompot z jabłek (200ml)	G	Chleb pszen-żyt (100g) szynka drob. (50g) <small>soja,pszenica,seler</small> Masło (15g) Herbata (200ml)	G W.ENERGET. kcal 1913,45 BIAŁKO g 68,96 TŁUSZCZE g 51,16 WĘGŁODOWANY g 298,32 BŁONNIK g 28,63

Obróbka termiczna: G-gotowanie, S-smażenie, D-duszenie, P-pieczenie

Alergeny oznaczono pogrubieniem i mniejszą czcionką

Jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianom