

Jadłospis tygodniowy 12.02-18.02.2024

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 12.02	Śniadanie	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), jajecznica na parze(60g), sałata zielona (7g), rzodkiewki (3 szt) kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,3,7,10,]	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), jajecznica na parze (60g) sałata zielona (7g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,7,10,]	Chleb graham (120g), masło(15g), jajecznica na parze (60g) sałata zielona (7g), rzodkiewki (3 szt) , kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) [alergeny 1,3,7,10,]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa porowa (300 ml) Gulasz wp (120g), kasza jęczmienna (120g), fasolka szparagowa (100g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa (300 ml) Gulasz wp. gotowany (120g), kasza jęczmienna (120g), kalafior gotowany (100g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa (300 ml) Gulasz wp gotowany(120g), kasza jęczmienna (120g), fasolka szparagowa (100g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja\dotatkowa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), szynkowa (30g), ser żółty półtłusty (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), szynkowa (30g), serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), szynkowa (30g), serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
	Dodatkiowa kolacja	Jogurt truskawkowy (150g) bułka mleczna (80g) [alergeny 1, 7]	Jogurt naturalny (150g) bułka mleczna (80g) [alergeny 1,7]	Jogurt naturalny (150g) herbatniki pełnoziarniste (50 g) [alergeny 1,7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2239,7726 Białko ogółem [g] 89,9705 Węglowodany ogółem [g] 339,0545 W tym Cukry [g] 95,82 Tłuszcz [g] 64,0129 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,1920 Błonnik pokarmowy [g] 27,5287 Sól [g] 11,1267	Energia [kcal] 2277,2857 Białko ogółem [g] 87,5707 Węglowodany ogółem [g] 349,1362 W tym Cukry [g] 101,88 Tłuszcz [g] 64,2126 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,2485 Błonnik pokarmowy [g] 24,4473 Sól [g] 10,8190	Energia [kcal] 2120,4593 Białko ogółem [g] 93,4618 Tłuszcz [g] 65,3575 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,8973 Węglowodany ogółem [g] 304,5594 W tym Cukry [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4865 Sól [g] 11,3969	

Wtorek 13.02	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku(250ml),chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta kanapkowa(polędwica dr., jajko, ogórek konserwowy)(60g), sałata zielona (7g), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,4,7,9,10]		Płatki owsiane na mleku (250ml),chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g) pasta kanapkowa(polędwica dr., jajko, ogórek konserwowy)(60g), sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,4,7,9,10]		chleb graham (120g), masło(15g), , pasta kanapkowa(polędwica dr., jajko, ogórek konserwowy)(60g), sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,4,7,9,10]		
	II śniadanie					Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]		
	Obiad	Zestaw 1	Zestaw 2	Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml) filet drob. gotowany(120g) ziemniaki (300g), surówka z marchewki (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml) filet drob. gotowany120g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty białej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		
		Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml) courdon blue drobiowy z szynka i serem(120g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty białej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml) filet drob. duszony w warzywach(120g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty białej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]				
	Kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), pasztet dr. (50g) ogórek zielony (30g) sałata zielona (7g) herbata miętowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]		Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), polędwica drob. (50g) sałata zielona (7g)pomidor (30g) herbata miętowa(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]		Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), polędwica drob (50g) ogórek zielony (30g) sałata zielona (7g) herbata miętowa(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]		
	Dodatkowa kolacja	Banan (1szt) herbatniki pełnoziarniste (50g) [alergeny 1,5,6,7]		Banan (1szt), herbatniki (50g) [alergeny 1,5,6,7]		Banan (1szt) herbatniki pełnoziarniste (50g) [alergeny 1,5,6,7]		
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2281,7662 Białko ogółem [g] 94,2717 Tłuszcz [g] 58,5006 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,2488 Węglowodany ogółem [g] 361,0130 W tym Cukry [g] 112,46 Błonnik pokarmowy [g] 34,4718 Sól [g] 8,8316		Energia [kcal] 2229,1213 Białko ogółem [g] 95,5313 Tłuszcz [g] 55,3979 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 24,4498 Węglowodany ogółem [g] 353,6382 W tym Cukry [g] 113,49 Błonnik pokarmowy [g] 34,6848 Sól [g] 9,1018		Energia [kcal] 2206,8557 Białko ogółem [g] 103,0991 Tłuszcz [g] 42,8585 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 22,2807 Węglowodany ogółem [g] 367,8997 W tym Cukry [g] 120,69 Błonnik pokarmowy [g] 32,6730 Sól [g] 7,8896		Energia [kcal] 2175,7043 Białko ogółem [g] 106,5548 Tłuszcz [g] 57,9304 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,2775 Węglowodany ogółem [g] 325,7438 W tym Cukry [g] 75,36 Błonnik pokarmowy [g] 39,4805 Sól [g] 11,1290	

Środa 14.02	Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi(250ml) Chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta z makreli (60g) sałata zielona (7g) , kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi (250ml)Chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), pasta z makreli (60g), pomidor (30g) sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta z makreli (60g) sałata zielona (7g) , kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) jabłko(1 szt) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa grochowa(300g), Kasza manna na mleku z sokiem owocowym (250g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana(300g), Kasza manna na mleku z masłem i cynamonem(250g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana(300g), Ryż brązowy na wodzie (120g) z musem truskawkowym 940g) i jogurtem naturalnym (150g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), jajko na twardo (60g), ogórek zielony (30g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), jajko na miękko (60g) pomidor (30g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), jajko na twardo (60g) pomidor (30g) herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
	Dodatki a kolacja	serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]	serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]	jogurt naturalny 150g [alergeny 7]
	Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2150,7957 Białko ogółem [g] 86,9777 Tłuszcz [g] 65,2689 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 34,5128 Węglowodany ogółem [g] 317,3219 W tym Cukry [g] 108,58 Błonnik pokarmowy [g] 27,3011 Sól [g] 8,2276		Energia [kcal] 2120,6919 Białko ogółem [g] 74,4838 Tłuszcz [g] 75,1081 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 42,0467 Węglowodany ogółem [g] 296,4417 W tym Cukry [g] 89,65 Błonnik pokarmowy [g] 19,4409 Sól [g] 7,9326

Czwartek 15.02	Śniadanie	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta rybna (śledź w pomidorach, twaróg)(60g), sałata zielona (7g), powidła śliwkowe (25g) kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7]		Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), pasta rybna (śledź w pomidorach, twaróg)(60g) sałata zielona (7g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta rybna (śledź w pomidorach, twaróg)(60g), pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) [alergeny 1,3,6,7]
	II śniadanie				Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zestaw 1	Zestaw 2	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Schab gotowany (220g), ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Schab gotowany (220g), ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Bitki wp. Z cebulą (220g), ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Schab duszony w sosie musztardowym (220g), ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), szynka wiejska (40g), ser żółty (30g), ogórek zielony (30 g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]		chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), szynka wiejska (40g) serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]	chleb graham (120g), masło(15g), szynka wiejska (40g), ser żółty (30g), ogórek zielony (30 g) herbata owocowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]
Dodatki do kolacji	Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]		Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]	Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]	
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2290,8415 Białko ogółem [g] 106,0564 Tłuszcz [g] 62,9040 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,0754 Węglowodany ogółem [g] 340,3559 W tym Cukry [g] 89,83 Błonnik pokarmowy [g] 31,4930 Sól [g] 13,8400	Energia [kcal] 2280,3372 Białko ogółem [g] 119,2087 Tłuszcz [g] 60,6506 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,8654 Węglowodany ogółem [g] 329,3414 W tym Cukry [g] 88,98 Błonnik pokarmowy [g] 30,4596 Sól [g] 13,7587	Energia [kcal] 2213,1566 Białko ogółem [g] 104,5859 Tłuszcz [g] 57,5149 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,5707 Węglowodany ogółem [g] 332,7400 W tym Cukry [g] 81,89 Błonnik pokarmowy [g] 27,2441 Sól [g] 11,2773	Energia [kcal] 2136,3940 Białko ogółem [g] 118,5425 Tłuszcz [g] 59,4974 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,1105 Węglowodany ogółem [g] 297,6325 W tym Cukry [g] 70,29 Błonnik pokarmowy [g] 32,9561 Sól [g] 12,3373	

Piątek 16.02	Śniadanie	Zupa mleczna z makronem (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), ser twarogowy chudy z rzodkiewka i szczypiorkiem (80g) sałata (7g) miód (15g), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]		Zupa mleczna z makaronem (250ml), chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), ser twarogowy chudy z rzodkiewka i szczypiorkiem (80g) sałata (7g) miód (15g), kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,7,10]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta z makreli (80g), ser twarogowy chudy z rzodkiewka i szczypiorkiem (80g) sałata (7g) papryka (30g) kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) [alergeny 1,3,7]
	II śniadanie				Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Kotlet z jaj, panierowany, smażony (120g) ziemniaki (300g), szpinak (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Jajko z pieca (2 szt) ziemniaki (300g), szpinak (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Jajko z pieca (2 szt) ziemniaki (300g), szpinak (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Jajko z pieca (2 szt) ziemniaki (300g), szpinak (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]
		chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g) pasta rybna (filety śledziowe, jajko)(80g), sałata zielona (7g), papryka (40g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]		chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g) pasta rybna (filety śledziowe, jajko)(80g), sałata zielona (7g), pomidor (40g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta rybna (filety śledziowe, jajko) (80g), sałata zielona (7g), papryka (40g) herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
	Dodatki a kolacja	banan (1 szt) jogurt naturalny 150g [alergeny 1,7,10]		banan (1 szt) jogurt naturalny 150g [alergeny 1,7,10]	banan (1 szt) jogurt naturalny 150g [alergeny 1,7,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2263,5919 Białko ogółem [g] 81,6670 Tłuszcz [g] 60,3430 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,7575 Węglowodany ogółem [g] 360,477 W tym Cukry [g] 102,43 Błonnik pokarmowy [g] 24,9324 Sól [g] 8,9070	Energia [kcal] 2241,7457 Białko ogółem [g] 82,7480 Tłuszcz [g] 61,8193 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,2022 Węglowodany ogółem [g] 350,2062 W tym cukry [g] 101,10 Błonnik pokarmowy [g] 24,2625 Sól [g] 9,0720	Energia [kcal] 2167,9888 Białko ogółem [g] 77,3779 Tłuszcz [g] 57,8095 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,6345 Węglowodany ogółem [g] 345,6270 W tym cukry [g] 105,57 Błonnik pokarmowy [g] 22,7727 Sól [g] 8,7651	Energia [kcal] 2104,4888 Białko ogółem [g] 80,1481 Tłuszcz [g] 64,4335 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,9177 Węglowodany ogółem [g] 347,3776 W tym cukry [g] 94,39 Błonnik pokarmowy [g] 30,2635 Sól [g] 9,3984	

Sobota 17.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), paszтет dr (60g), ogórek zielony (30g) sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), kiełbasa żywiecka(60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]	chleb graham (120g), masło(15g),), kiełbasa żywiecka(60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa jarzynowa (300ml) Łazanki z mięsem i kapustą (300g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300ml) Makaron w sosie mięsno warzywnym (300g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300ml) Makaron w sosie mięsno warzywnym (300g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), parówka drobiowa na ciepło (2 szt-100g), ogórek zielony (40g) sałata zielona (7g) herbata miętowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), kiełbasa krakowska(60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) herbata miętowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g),), kiełbasa krakowska (60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) kawa herbata miętowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
	Dodatki do kolacji	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	jogurt bez cukru truskawka/banan (250g) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2199,9391 Białko ogółem [g] 88,5356 Tłuszcz [g] 81,8774 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,4495 Węglowodany ogółem [g] 291,0620 W tym Cukry [g] 101,51 Błonnik pokarmowy [g] 28,2817 Sól [g] 10,0686	Energia [kcal] 2174,0096 Białko ogółem [g] 72,5609 Tłuszcz [g] 73,9745 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,6200 Węglowodany ogółem [g] 317,5003 W tym Cukry [g] 113,91 Błonnik pokarmowy [g] 25,9583 Sól [g] 9,2392	Energia [kcal] 2112,3956 Białko ogółem [g] 73,7330 Tłuszcz [g] 65,9138 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,3019 Węglowodany ogółem [g] 320,3570 W tym Cukry [g] 111,64 Błonnik pokarmowy [g] 29,1507 Sól [g] 9,1589	

Niedziela 18.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek topiony(50g), papryka (30g) dżem niskosłodzony (25g), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,7]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), twaróg półtłusty (60g) pomidor b. skórki (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]	chleb graham (120g), masło(15g), twaróg półtłusty (60g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Rosół z makaronem (300ml) Udko dr smażone (250g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Udko dr gotowane b.skóry (250g) ziemniaki (300g), brokuł got (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Udko dr gotowane (250g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), polędwica drobiowa (30g), ser żółty (30g) papryka (30 g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), polędwica drobiowa (40g) serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,7,6,8,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), polędwica drobiowa (40g) serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]
	Dodatek	jogurt truskawkowy (150g) [alergeny 5,7]	jogurt naturalny (150g) [alergeny 5,7]	jogurt naturalny (150g) [alergeny 5,7]
	Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2280,8296 Białko ogółem [g] 95,0837 Tłuszcz [g] 74,5122 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,4792 Węglowodany ogółem [g] 319,8887 W tym Cukry [g] 101,21 Błonnik pokarmowy [g] 26,4428 Sól [g] 12,7930	Energia [kcal] 2278,4901 Białko ogółem [g] 108,6614 Tłuszcz [g] 69,2211 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,2282 Węglowodany ogółem [g] 317,3286 W tym Cukry [g] 97,13 Błonnik pokarmowy [g] 24,4150 Sól [g] 10,1412	Energia [kcal] 2269,1012 Białko ogółem [g] 119,6487 Tłuszcz [g] 72,7787 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,0721 Węglowodany ogółem [g] 298,6635 W tym Cukry [g] 80,35 Błonnik pokarmowy [g] 30,2751 Sól [g] 10,8896

SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLETANCJI:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy migdały, laskowe, włoskie

9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

