

Jadłospis tygodniowy 26.02-3.03.2024

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 26.02	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (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 z makaronem (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 gulaszowa z mięsem (300 ml) Placki ziemniaczane z śmietaną(250g), Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana z mięsem (300 ml) Makaron z twarogiem i musem jabłkowym (300g), Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana z mięsem (300 ml) Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i musem jabłkowym (300g), Kompot wieloowocowy bc (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]
	Dodatki kolacja	Jogurt truskawkowy (150g) herbatniki pełnoziarniste (50 g) [alergeny 1,7]	Jogurt naturalny (150g) herbatniki (50g) [alergeny 7]	Jogurt naturalny (150g) herbatniki pełnoziarniste (50 g) [alergeny 1,7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2150,0511 Białko ogółem [g] 77,6010 Węglowodany ogółem [g] 337,3080 W tym Cukry [g] 118,25 Tłuszcz [g] 69,8290 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,9008 Błonnik pokarmowy [g] 26,6365 Sól [g] 9,3488	Energia [kcal] 2117,1885 Białko ogółem [g] 73,5979 Węglowodany ogółem [g] 301,8401 W tym Cukry [g] 136,91 Tłuszcz [g] 71,6869 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,4961 Błonnik pokarmowy [g] 15,2613 Sól [g] 7,3705	Energia [kcal] 2146,5882 Białko ogółem [g] 90,3273 Tłuszcz [g] 64,2406 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,2007 Węglowodany ogółem [g] 313,7859 W tym Cukry [g] 82,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,0163 Sól [g] 8,3283	

Wtorek 27.02	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 ogórkowa z ryżem (300ml) schab got (120g) ziemniaki (300g)marchewka z wody (100g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) schab got (120g) ziemniaki (300g)marchewka z wody (100g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		
		Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) kotlet schabowy (120g) ziemniaki (300g)marchewka na gęsto (100g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) schab w sosie musztardowym (120g) ziemniaki(300g)marchewka na gęsto (100g) 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) jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]		Banan (1szt), jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]		Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]			
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2364,1203 Białko ogółem [g] 93,2821 Tłuszcz [g] 60,7017 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,2724 Węglowodany ogółem [g] 376,9994 W tym Cukry [g] 126 Błonnik pokarmowy [g] 32,3970 Sól [g] 8,4779		Energia [kcal] 2371,3689 Białko ogółem [g] 104,8727 Tłuszcz [g] 62,6615 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,1023 Węglowodany ogółem [g] 362,5412 W tym Cukry [g] 127 Błonnik pokarmowy [g] 31,7126 Sól [g] 9,2149		Energia [kcal] 2297,7539 Białko ogółem [g] 83,9190 Tłuszcz [g] 56,3547 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,4342 Węglowodany ogółem [g] 378,3504 W tym Cukry [g] 135,27 Błonnik pokarmowy [g] 29,1685 Sól [g] 7,2113		Energia [kcal] 2265,3736 Białko ogółem [g] 91,7244 Tłuszcz [g] 61,9988 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,2843 Węglowodany ogółem [g] 352,0649 W tym Cukry [g] 115,63 Błonnik pokarmowy [g] 34,5609 Sól [g] 7,6852	

Środa 28.02	Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) Chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), paprykarz szczeciński (60g) sałata zielona (7g) , kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) kiwi (2szt) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	Zupa mleczna z kaszą manną (250ml)Chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), pasta rybna [śledź w pomidorach z twarogiem] (60g), 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 rybna [śledź w pomidorach z twarogiem] (60g) sałata zielona (7g) , kawa zbożowa z mlekiem bc (250ml) kiwi(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 z kasza manną(300g), Fasolka po bretońsku z kiełbasą (160g) ziemniaki (300g), Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną(300g), Szynka wp got (120g) ziemniaki (300g), surówka z marchewki i selera (100g), Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną(300g), Szynka wp got (120g) ziemniaki (300g), surówka z marchewki i selera (100g), Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), polędwica dr (40g), ser żółty (30g) ogórek zielony (30g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), polędwica dr (40g), serek kanapkowy (17g) pomidor (30g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), polędwica dr (40g), ser żółty (30g) ogórek zielony (30g) herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
	Dodatki a kolacja	Bułka mleczna (80g) serek homogenizowany (150g) [alergeny 1,7]	Bułka mleczna (80g) serek homogenizowany (150g) [alergeny 1,7]	herbatniki pełnoziarniste (50 g), jogurt naturalny 150g [alergeny 1,7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2198,1669 Białko ogółem [g] 85,0752 Tłuszcz [g] 57,5767 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 29,3629 Węglowodany ogółem [g] 349,4396 W tym Cukry [g] 84,42 Błonnik pokarmowy [g] 30,2602 Sól [g] 10,9490	Energia [kcal] 2209,4783 Białko ogółem [g] 91,6289 Tłuszcz [g] 54,3296 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,1140 Węglowodany ogółem [g] 350,7598 W tym Cukry [g] 89,65 Błonnik pokarmowy [g] 25,5953 Sól [g] 10,0432	Energia [kcal] 2107,4685 Białko ogółem [g] 93,4626 Tłuszcz [g] 62,7975 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,7444 Węglowodany ogółem [g] 306,0345 W tym Cukry [g] 71,35 Błonnik pokarmowy [g] 29,9411 Sól [g] 9,8459	

Czwartek 29.02	Śniadanie	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta z jaj (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 z jaj (60g) sałata zielona (7g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta z jaj (60g), pomidor (30g) sałata zielona (7g) 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 pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Potrawka z kurczaka (120g), ryż (120g), Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Potrawka z kurczaka (120g), ryż brązowy (120g), Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Potrawka z kurczaka (120g), ryż (120g), Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Gulasz drobiowy (120g), ryż (120g), brokuł z wody (100g) 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 (17g), 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,]
	Dodatek 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] 2142,8001 Białko ogółem [g] 103,7028 Tłuszcz [g] 64,3762 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,1797 Węglowodany ogółem [g] 300,5998 W tym Cukry [g] 80,05 Błonnik pokarmowy [g] 27,3922 Sól [g] 11,3312	Energia [kcal] 2149,4235 Białko ogółem [g] 101,2067 Tłuszcz [g] 57,5500 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,8654 Węglowodany ogółem [g] 319,5544 W tym Cukry [g] 77,74 Błonnik pokarmowy [g] 26,3994 Sól [g] 10,8774	Energia [kcal] 2105,7201 Białko ogółem [g] 93,6048 Tłuszcz [g] 61,0122 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,9731 Węglowodany ogółem [g] 307,7978 W tym Cukry [g] 74,64 Błonnik pokarmowy [g] 24,6382 Sól [g] 10,5876	Energia [kcal] 2123,1358 Białko ogółem [g] 106,8090 Tłuszcz [g] 72,7431 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,2818 Węglowodany ogółem [g] 276,6374 W tym Cukry [g] 63,62 Błonnik pokarmowy [g] 33,4637 Sól [g] 12,4297	

Piątek 1.03	Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi(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 płatkami ryżowymi (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), 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 makaronem (300ml) Filet z tilapii, panierowany, smażony (120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Filet z tilapii duszony w sosie koperkowym(120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Filet z tilapii, gotowany (120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Filet z tilapii, gotowany (120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g) pasta rybna (filety śledziowe w oleju, 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 w oleju, 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 w oleju, 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] 2181,4198 Białko ogółem [g] 85,3110 Tłuszcz [g] 49,8461 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 24,1041 Węglowodany ogółem [g] 361,0401 W tym Cukry [g] 102,43 Błonnik pokarmowy [g] 27,2681 Sól [g] 10,2553	Energia [kcal] 2189,0816 Białko ogółem [g] 90,2731 Tłuszcz [g] 49,4366 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 23,9624 Węglowodany ogółem [g] 358,9560 W tym cukry [g] 101,10 Błonnik pokarmowy [g] 27,4283 Sól [g] 10,1806	Energia [kcal] 2198,1780 Białko ogółem [g] 87,0120 Tłuszcz [g] 48,8498 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 23,8848 Węglowodany ogółem [g] 364,2772 W tym cukry [g] 105,57 Błonnik pokarmowy [g] 24,0995 Sól [g] 10,0235	Energia [kcal] 2208,8660 Białko ogółem [g] 93,2245 Tłuszcz [g] 53,6123 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,2226 Węglowodany ogółem [g] 354,1037 W tym cukry [g] 94,39 Błonnik pokarmowy [g] 33,1802 Sól [g] 10,8357

Sobota 2.03	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	Barszcz czerwony (300ml) Gulasz z żołądków dr (120g), kasza jęczmienna (100g), sałatka szwedzka (100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Gulasz z żołądków dr (120g), kasza jęczmienna (100g), kalafior (100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Gulasz z żołądków dr (120g), kasza jęczmienna (100g), sałatka szwedzka (100g) 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] 2132,8155 Białko ogółem [g] 85,4571 Tłuszcz [g] 72,2673 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,8214 Węglowodany ogółem [g] 300,2076 W tym Cukry [g] 113,05 Błonnik pokarmowy [g] 30,1545 Sól [g] 11,2541		Energia [kcal] 2121,7997 Białko ogółem [g] 76,3020 Tłuszcz [g] 66,0247 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,2216 Węglowodany ogółem [g] 319,8701 W tym Cukry [g] 107,21 Błonnik pokarmowy [g] 28,5344 Sól [g] 10,7858	Energia [kcal] 2156,4829 Białko ogółem [g] 84,8367 Tłuszcz [g] 59,2103 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,7266 Węglowodany ogółem [g] 338,9243 W tym Cukry [g] 110,15 Błonnik pokarmowy [g] 35,9700 Sól [g] 12,6629

Niedziela 3.03	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

