

Jadłospis tygodniowy 15.04-21.04.2024

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 15.04	Śniadanie	Zupa mleczna z kasza kukurydzianą(250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), jajecznica na parze (60g), parówka dr na ciepło (60g) sałata zielona (7g), pomidor(40g) kakao zc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]	Zupa mleczna z makaronem (250ml), chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), jajecznica na parze (60g), parówka dr na ciepło (60g) sałata zielona (7g), pomidor(40g) kakao zc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]	Chleb graham (120g), masło(15g), , jajecznica na parze (60g), parówka dr na ciepło (60g) sałata zielona (7g), pomidor(40g) kakao zc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Barszcz czerwony (300 ml) pierogi leniwe z ,asłem, cukrem i cynamonem (230g) surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300 ml) makaron z twarogiem (230g) surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300 ml) makaron pełnoziarnisty z twarogiem (230g) surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja\dotatkowa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), ser żółty półtusty (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
	Dodatkiowa kolacja	Jogurt truskawkowy (150g) bułka mleczna (80 g) [alergeny 1,7]	Jogurt naturalny (150g) bułka mleczna (80 g) [alergeny 7]	Jogurt naturalny (150g) herbatniki pełnoziarniste (50 g) [alergeny 1,7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2302,9954 Białko ogółem [g] 91,0607 Węglowodany ogółem [g] 341,3064 W tym Cukry [g] 104,63 Tłuszcz [g] 69,6759 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,8986 Błonnik pokarmowy [g] 27,5672 Sól [g] 9,3777	Energia [kcal] 2221,4132 Białko ogółem [g] 79,6239 Węglowodany ogółem [g] 337,4990 W tym Cukry [g] 127,54 Tłuszcz [g] 66,9574 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,4358 Błonnik pokarmowy [g] 25,2839 Sól [g] 8,8734	Energia [kcal] 2242,8379 Białko ogółem [g] 86,5143 Tłuszcz [g] 69,7461 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,5649 Węglowodany ogółem [g] 333,3848 W tym Cukry [g] 80,65 Błonnik pokarmowy [g] 33,0459 Sól [g] 8,6013	

Wtorek 16.04	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku(250ml),chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek wiejski (150g)rzodkiewki(3szt) 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) serek wiejski (150g) pomidor(40g) sałata zielona (7g), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) jabłko (1 szt) [alergeny 1,3,4,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), serek wiejski (150g)rzodkiewki(3szt) sałata zielona (7g), kawa zbożowa z mlekiem zc(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 ryżowa (300ml) pierś dr. Gotowana (130g) ziemniaki (300g), brokuł z wody (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300ml) pierś dr. gotowana(130g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa ryżowa (300ml) pierś dr. w cieście smażona(130g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300ml) rolada dr. Z szpinakiem duszona(130g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (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) jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]		Banan (1szt), jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]	Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2351,4349 Białko ogółem [g] 99,8999 Tłuszcz [g] 61,5160 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,4652 Węglowodany ogółem [g] 364,7594 W tym Cukry [g] 128,84 Błonnik pokarmowy [g] 31,4756 Sól [g] 9,8174	Energia [kcal] 2303,0141 Białko ogółem [g] 96,3053 Tłuszcz [g] 56,7203 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,4636 Węglowodany ogółem [g] 367,1178 W tym Cukry [g] 129,04 Błonnik pokarmowy [g] 27,5365 Sól [g] 9,3925	Energia [kcal] 2294,7407 Białko ogółem [g] 111,0005 Tłuszcz [g] 46,7634 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,5786 Węglowodany ogółem [g] 371,9701 W tym Cukry [g] 131,28 Błonnik pokarmowy [g] 29,4042 Sól [g] 8,4069	Energia [kcal] 2135,2591 Białko ogółem [g] 113,9083 Tłuszcz [g] 47,4729 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,7210 Węglowodany ogółem [g] 330,6072 W tym Cukry [g] 96,42 Błonnik pokarmowy [g] 36,7298 Sól [g] 8,7985	

Środa 17.04	Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) Chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta rybna/śledź w pomidorach i twaróg/ (80g) sałata zielona (7g) , ogórek kiszony (40g) kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [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 i twaróg/ (80g), sałata zielona (7g), pomidor (40g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta rybna/śledź w pomidorach i twaróg/ (80g), ogórek kiszony (40g) 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 z kasza manną(300g), serdelki smaź. z (120g) ziemniaki (300g) kapusta kiszona zasmażana (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]		Zupa z kasza manną(300g), szynka wp. gotowana (200g) ziemniaki (300g) sałatka z marchewki i selera (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną(300g), szynka wp. gotowana (200g) ziemniaki (300g) sałatka z marchewki i selera (120g) Kompot wieloowocowy zc (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	Herbatniki pełnoziarniste (50g) serek homogenizowany (150g) [alergeny 1,7]		herbatniki (50g) serek homogenizowany (150g) [alergeny 1,7]	herbatniki pełnoziarniste (50 g), jogurt owocowy bc (250g) [alergeny 1,7]	
	Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2356,7909 Białko ogółem [g] 106,3061 Tłuszcz [g] 79,3832 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 35,7670 Węglowodany ogółem [g] 317,0386 W tym Cukry [g] 97,73 Błonnik pokarmowy [g] 25,0517 Sól [g] 11,9508		Energia [kcal] 2310,6639 Białko ogółem [g] 110,5106 Tłuszcz [g] 58,1586 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,4223 Węglowodany ogółem [g] 348,6774 W tym Cukry [g] 100,78 Błonnik pokarmowy [g] 24,8774 Sól [g] 11,2104		Energia [kcal] 2230,6937 Białko ogółem [g] 102,7321 Tłuszcz [g] 62,4693 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,1278 Węglowodany ogółem [g] 331,2913 W tym Cukry [g] 71,35 Błonnik pokarmowy [g] 35,1640 Sól [g] 13,1951

Czwartek 18.04	Śniadanie	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta kanapkowa /połudwica dr, jajko, ogórek kons./ (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 kanapkowa /połudwica dr, jajko, ogórek kons./ (60g) sałata zielona (7g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta kanapkowa /połudwica dr, jajko, ogórek kons./ (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 porowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp. gotowany (120g), kasza jęczmienna (120g), kalafior gotowany (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp. gotowany (120g), kasza jęczmienna (120g), kalafior gotowany (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa porowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp. smażony (120g), kasza jęczmienna (120g), sałatka szwedzka (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa z ziemniakami (300ml) Pieczeń wp. duszona (120g), kasza jęczmienna (120g), sałatka szwedzka (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 (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 wa kolacja	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] 2209,2701 Białko ogółem [g] 110,2091 Tłuszcz [g] 70,5542 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,6890 Węglowodany ogółem [g] 297,0781 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7286 Sól [g] 13,7623	Energia [kcal] 2237,9859 Białko ogółem [g] 114,1967 Tłuszcz [g] 72,2451 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,3468 Węglowodany ogółem [g] 296,452 W tym Cukry [g] 88,98 Błonnik pokarmowy [g] 27,7200 Sól [g] 13,8086	Energia [kcal] 2142,1953 Białko ogółem [g] 104,6375 Tłuszcz [g] 63,6753 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,6340 Węglowodany ogółem [g] 301,1591 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 27,2637 Sól [g] 13,3466	Energia [kcal] 2123,9483 Białko ogółem [g] 113,0795 Tłuszcz [g] 72,2063 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,4547 Węglowodany ogółem [g] 271,7166 W tym Cukry [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,3957 Sól [g] 14,4965	

Piątek 19.04	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 makronem (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]		Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(100g) 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), ogórek zielony (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), ogórek zielony (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] 2162,5801 Białko ogółem [g] 80,4523 Tłuszcz [g] 57,4530 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,4175 Węglowodany ogółem [g] 343,9404 W tym Cukry [g] 88,27 Błonnik pokarmowy [g] 26,8864 Sól [g] 9,0303		Energia [kcal] 2188,9801 Białko ogółem [g] 77,8123 Tłuszcz [g] 56,9730 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,3575 Węglowodany ogółem [g] 353,0604 W tym Cukry [g] 89,62 Błonnik pokarmowy [g] 24,2464 Sól [g] 8,9019	Energia [kcal] 2143,0121 Białko ogółem [g] 81,8126 Tłuszcz [g] 63,4861 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,3944 Węglowodany ogółem [g] 327,4344 W tym Cukry [g] 81,99 Błonnik pokarmowy [g] 33,9964 Sól [g] 9,8425

Sobota 20.04	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 grochowa (300ml) Makaron w sosie bolońskim (250g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300ml) Makaron w sosie bolońskim (250g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300ml) Makaron w sosie bolońskim (250g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), kiełbasa krakowska (40g) ser żółty (40g)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 (40g), serek kanapkowy (17g)pomidor (40g) sałata zielona (7g) herbata miętowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g),), kiełbasa krakowska (40g) ser żółty (40g)ogórek zielony (40g) sałata zielona (7g)herbata miętowa zc(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] 2183,3078 Białko ogółem [g] 86,4682 Tłuszcz [g] 83,1215 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,8125 Węglowodany ogółem [g] 321,3089 W tym Cukry [g] 101,51 Błonnik pokarmowy [g] 27,0300 Sól [g] 9,8148		Energia [kcal] 2126,3202 Białko ogółem [g] 77,7131 Tłuszcz [g] 68,4059 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,4318 Węglowodany ogółem [g] 312,8611 W tym Cukry [g] 113,14 Błonnik pokarmowy [g] 25,9149 Sól [g] 10,0572	Energia [kcal] 2125,9873 Białko ogółem [g] 82,0446 Tłuszcz [g] 69,4577 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,6904 Węglowodany ogółem [g] 307,3931 W tym Cukry [g] 105,07 Błonnik pokarmowy [g] 28,7751 Sól [g] 10,3880

Niedziela 21.04	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek topiony(50g), papryka (30g) dżem niskosłodzony (25g), sałata (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,7]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), serek kanapkowy (60g) pomidor b. skórki (30g) sałata (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]	chleb graham (120g), masło(15g), serek kanapkowy (60g) pomidor (30g), sałata (7g) 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) Kotlet schabowy, panierowany, smażony (120g), ziemniaki (300g) marchew z groszkiem (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Schab gotowany (120g), ziemniaki (300g) marchew z wody(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Schab gotowany (120g), ziemniaki (300g) marchew z groszkiem (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] 2179,5208 Białko ogółem [g] 91,4325 Tłuszcz [g] 59,2594 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,5661 Węglowodany ogółem [g] 333,5793 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,9301 Sól [g] 12,2831	Energia [kcal] 2190,2306 Białko ogółem [g] 118,7920 Tłuszcz [g] 52,9958 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,2180 Węglowodany ogółem [g] 323,1627 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 27,0795 Sól [g] 10,9759	Energia [kcal] 2133,0726 Białko ogółem [g] 124,560 Tłuszcz [g] 53,9152 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,3416 Węglowodany ogółem [g] 302,8023 W tym Cukry [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1809 Sól [g] 11,2439	

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

