

Jadłospis tygodniowy 15.07-21.07.2024

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 15.07	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 bc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa z lanym ciastem (300g) potrawka z kurczak z warzywami (180g) ryż (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z lanym ciastem (300g) potrawka z kurczak z warzywami (180g) ryż (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z lanym ciastem (300g) potrawka z kurczak z warzywami(180g) ryż brązowy (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 owocowy bc (150g) herbatniki pełnoziarniste (50 g) [alergeny 1,7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2206,7905 Białko ogółem [g] 88,2387 Węglowodany ogółem [g] 312,3087 W tym Cukry [g] 104,63 Tłuszcz [g] 72,5732 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,3455 Błonnik pokarmowy [g] 25,1870 Sól [g] 8,6764	Energia [kcal] 2240,4865 Białko ogółem [g] 85,9443 Tłuszcz [g] 72,1700 Węglowodany ogółem [g] 323,0031 W tym Cukry [g] 127,54 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,3047 Błonnik pokarmowy [g] 23,0078 Sól [g] 10,8117	Energia [kcal] 2179,5700 Białko ogółem [g] 91,0922 Tłuszcz [g] 75,6042 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,5948 Węglowodany ogółem [g] 299,8454 W tym Cukry [g] 80,65 Błonnik pokarmowy [g] 33,1657 Sól [g] 11,1182	

Wtorek 16.07	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku(250ml),chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek wiejski (150g) rzodkiewki(3szt), 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) 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) 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 pomidorowa z makronem (300ml) klops wp. gotowany (130g) ziemniaki (300g), kalafior got (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) klops wp. gotowany (130g) ziemniaki (300g), mizeria (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa pomidorowa z makronem (300ml) kotlet mielony, smażony(130g) ziemniaki (300g), mizeria (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) klops wp. gotowany (130g) ziemniaki (300g), mizeria (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] 2392,8733 Białko ogółem [g] 88,7156 Tłuszcz [g] 62,7540 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,1864 Węglowodany ogółem [g] 383,4791 W tym Cukry [g] 128,84 Błonnik pokarmowy [g] 31,2273 Sól [g] 12,0723	Energia [kcal] 2362,5755 Białko ogółem [g] 87,6090 Tłuszcz [g] 62,7499 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,2689 Węglowodany ogółem [g] 377,1461 W tym Cukry [g] 129,04 Błonnik pokarmowy [g] 31,4944 Sól [g] 11,8633	Energia [kcal] 2350,5640 Białko ogółem [g] 93,9202 Tłuszcz [g] 52,5148 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,2229 Węglowodany ogółem [g] 390,9809 W tym Cukry [g] 131,28 Błonnik pokarmowy [g] 31,6488 Sól [g] 12,2551	Energia [kcal] 2160,3335 Białko ogółem [g] 93,7016 Tłuszcz [g] 52,8851 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,3074 Węglowodany ogółem [g] 331,7631 W tym Cukry [g] 96,42 Błonnik pokarmowy [g] 36,9092 Sól [g] 12,5191	

Środa 17.07	Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) Chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), paprykarz szczeciński (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), serek kanapkowy (60g), sałata zielona (7g), pomidor (40g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), paprykarz szczeciński (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 pieczarkowa z ziemniakami (300g), gulasz z fileta drobiowego (210g) kasza jęczmienna (120g) sałatka szwedzka(120g) kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300g), gulasz z fileta drobiowego (210g) kasza jęczmienna (120g) brokuł z wody(120g) kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300g), gulasz z fileta drobiowego (210g) kasza jęczmienna (120g) sałatka szwedzka(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] 2358,9551 Białko ogółem [g] 100,9914 Tłuszcz [g] 64,2310 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 29,5818 Węglowodany ogółem [g] 356,6978 W tym Cukry [g] 97,73 Błonnik pokarmowy [g] 25,0961 Sól [g] 12,3900	Energia [kcal] 2285,9259 Białko ogółem [g] 102,8658 Tłuszcz [g] 53,2623 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,0436 Węglowodany ogółem [g] 361,4291 W tym Cukry [g] 100,78 Błonnik pokarmowy [g] 24,9380 Sól [g] 9,0829	Energia [kcal] 2203,9300 Białko ogółem [g] 85,7874 Tłuszcz [g] 62,9135 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,1456 Węglowodany ogółem [g] 339,4050 W tym Cukry [g] 71,35 Błonnik pokarmowy [g] 32,7124 Sól [g] 13,1025

Czwartek 18.07	Śniadanie	Zupa mleczna kukurydziana (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta kanapkowa/poledwica 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/poledwica dr, jajko/(60g)sałata zielona (7g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7]	chleb graham (120g), masło(15g), pasta kanapkowa/poledwica 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			Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Filet dr. got (120g), ziemniaki (300g), trio warzywne (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Filet dr. got (120g), ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Kotlet drobiowy nadziewany szynką i serem (120g), ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Rolada dr. z szpinakiem (120g), ziemniaki (300g), surówka z kapusty pekińskiej (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,]
Dodatki do kolacji	Jogurt owocowy (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]		Jogurt owocowy (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]	Jogurt owocowy bc. (200g), jabłko 1 szt [alergeny 7]	
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2331,3958 Białko ogółem [g] 103,8922 Tłuszcz [g] 64,6581 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,9924 Węglowodany ogółem [g] 349,0561 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1098 Sól [g] 11,8607	Energia [kcal] 2254,3209 Białko ogółem [g] 107,1193 Tłuszcz [g] 60,3400 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,6982 Węglowodany ogółem [g] 335,8921 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,6713 Sól [g] 12,6998	Energia [kcal] 2228,1562 Białko ogółem [g] 104,6270 Tłuszcz [g] 57,0212 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,8978 Węglowodany ogółem [g] 338,1102 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 28,5871 Sól [g] 10,6603	Energia [kcal] 2214,5909 Białko ogółem [g] 113,3532 Tłuszcz [g] 65,8069 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,7509 Węglowodany ogółem [g] 308,4724 W tym Cukry [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,0344 Sól [g] 11,7355	

Piątek 19.07	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 krupnik (300ml) Kotlet z jajek panierowany, smażony (120g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]		Zupa krupnik (300ml) Jajko z pieca (80g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(120g)Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa krupnik (300ml) Jajko z pieca (80g) ziemniaki (300g), sałata z sosem jogurtowym(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), ogórek zielony (40g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]		chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g) serek kanapkowy (60g), 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] 2270,3090 Białko ogółem [g] 80,0304 Tłuszcz [g] 60,0660 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 24,1041 Węglowodany ogółem [g] 364,5714 W tym cukry [g] 102,43 Błonnik pokarmowy [g] 27,2681 Sól [g] 10,2553		Energia [kcal] 2174,7059 Białko ogółem [g] 75,7413 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 20.07	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) Makaron w sosie pieczarkowym (200g) sałata lodowa (100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Makron w sosie pieczarkowym (200g) sałata lodowa (100g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Makaron w sosie pieczarkowym(200g) sałata lodowa (100g) 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 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] 2182,9873 Białko ogółem [g] 103,3637 Tłuszcz [g] 74,6461 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 35,6819 Węglowodany ogółem [g] 289,3130 W tym Cukry [g] 101,51 Błonnik pokarmowy [g] 28,4968 Sól [g] 10,4346		Energia [kcal] 2113,7338 Białko ogółem [g] 69,7498 Tłuszcz [g] 65,0983 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,4050 Węglowodany ogółem [g] 325,2853 W tym Cukry [g] 113,14 Błonnik pokarmowy [g] 26,0955 Sól [g] 10,2196	Energia [kcal] 2170,0763 Białko ogółem [g] 77,7768 Tłuszcz [g] 67,0329 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,8039 Węglowodany ogółem [g] 330,1677 W tym Cukry [g] 105,07 Błonnik pokarmowy [g] 33,1071 Sól [g] 9,5938

Niedziela 21.07	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 bc (250ml) [alergeny 1,7]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Rosół z makaronem (300ml) Pieczeń wp. (120g), ziemniaki (300g) Surówka z kapusty białej (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Szynka wp. gotowana (120g), ziemniaki (300g) brokuł z wody (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Szynka wp. gotowana (120g), ziemniaki (300g) Surówka z kapusty białej (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 bc(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] 2124,8702 Białko ogółem [g] 87,1582 Tłuszcz [g] 63,6783 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,5661 Węglowodany ogółem [g] 313,219 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,9301 Sól [g] 12,2831	Energia [kcal] 2140,6220 Białko ogółem [g] 111,6696 Tłuszcz [g] 52,1327 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,8681 Węglowodany ogółem [g] 318,8012 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 25,2788 Sól [g] 12,557	Energia [kcal] 2134,0220 Białko ogółem [g] 118,6096 Tłuszcz [g] 53,4327 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,3416 Węglowodany ogółem [g] 310,3012 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

