

Jadłospis 2.02-15.02

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 2.02	Śniadanie	Zupa mleczna z makaronem (250ml), chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), jajecznica na parze (80g), parówka dr (60g) sałata zielona (7g), pomidor (30g) 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 (80g), sałata zielona (7g) parówka dr (60g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,7,10,]	Chleb graham (120g), masło(15g), jajecznica na parze (80g), sałata zielona (7g), parówka dr (60g) pomidor (30g), 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 fasolowa (300 ml) pierogi leniwe(150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300 ml) pierogi leniwe(150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300 ml) makaron pełnoziarnisty z twarogiem(150g) surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja\dotacja wa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), ser żółty półtłusty (30g), pomidor (30g) jogurt owocowy (150g) 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) jogurt owocowy (150g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), ser żółty półtłusty (30g), pomidor (30g) jogurt owocowy bez cukru (150g) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2199,952 Białko ogółem [g] 71,954 Węglowodany ogółem [g] 342,365 W tym cukry [g] 119,304 Tłuszcz [g] 62,689 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,847 Błonnik pokarmowy [g] 23,589 Sól [g] 9,0456	Energia [kcal] 2204,617 Białko ogółem [g] 74,931 Węglowodany ogółem [g] 327,985 W tym cukry [g] 119,584 Tłuszcz [g] 62,514 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,821 Błonnik pokarmowy [g] 20,987 Sól [g] 9,584	Energia [kcal] 2198,574 Białko ogółem [g] 79,6154 Tłuszcz [g] 55,647 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,658 Węglowodany ogółem [g] 37,0658 W tym cukry [g] 89,047 Błonnik pokarmowy [g] 33,645 Sól [g] 9,024	

Wtorek 3.02	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku(250ml),chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek wiejski (150g) rzodkiewki(3szt), sałata (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) rzodkiewki(3szt), sałata (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 (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	Krupnik (300ml) Filet dr w cieście (120g), ziemniaki (250g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	krupnik (300ml) Filet dr duszony z warzywami (120g), ziemniaki (250g), brokuł na parze (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną (300ml) Filet dr duszony z warzywami (120g), ziemniaki (250g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(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]
	Dodatki do kolacji	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] 2352,4931 Białko ogółem [g] 91,1874 Tłuszcz [g] 61,4360 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,7090 Węglowodany ogółem [g] 373,6771 W tym Cukry [g] 125,87 Błonnik pokarmowy [g] 30,5266 Sól [g] 10,0533	Energia [kcal] 2319,6739 Białko ogółem [g] 89,0049 Tłuszcz [g] 53,0300 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,5391 Węglowodany ogółem [g] 386,4577 W tym Cukry [g] 127,11 Błonnik pokarmowy [g] 30,1717 Sól [g] 11,2713	Energia [kcal] 2258,6185 Białko ogółem [g] 96,7171 Tłuszcz [g] 58,5900 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,3674 Węglowodany ogółem [g] 351,8418 W tym Cukry [g] 121,74 Błonnik pokarmowy [g] 32,8375 Sól [g] 11,1440	

Środa 4.02	Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) Chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta z śledzi w sosie pomidorowym z twarogiem (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), pasta z śledzi w sosie pomidorowym z twarogiem (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	Zestaw 1	Zestaw 2	Krupnik (300g), Szynka wp gotowana (120g) Ziemniaki (300g), sałatka z marchewki i selera(120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300g), Szynka wp gotowana (120g) Ziemniaki (300g), sałatka z marchewki i selera(120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
		Krupnik (300g), Żeberka wp. Smaż (250g) Ziemniaki (300g), kapusta kiszona zasmażana(120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300g), Szynka wp gotowana (120g) 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	serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]		serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]	jogurt naturalny 150g [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2279,7809 Białko ogółem [g] 94,5308 Tłuszcz [g] 69,2380 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 32,3202 Węglowodany ogółem [g] 333,1396 W tym Cukry [g] 90,24 Błonnik pokarmowy [g] 27,6074 Sól [g] 12,1452	Energia [kcal] 2247,3409 Białko ogółem [g] 93,9728 Tłuszcz [g] 65,7620 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,7340 Węglowodany ogółem [g] 333,1396 W tym Cukry [g] 90,24 Błonnik pokarmowy [g] 27,6074 Sól [g] 10,6446	Energia [kcal] 2252,4304 Białko ogółem [g] 100,4052 Tłuszcz [g] 54,4875 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,4421 Węglowodany ogółem [g] 353,4592 W tym Cukry [g] 95,08 Błonnik pokarmowy [g] 27,1940 Sól [g] 10,0772	Energia [kcal] 2134,9378 Białko ogółem [g] 87,9940 Tłuszcz [g] 55,7574 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,1379 Węglowodany ogółem [g] 337,2567 W tym Cukry [g] 77,98 Błonnik pokarmowy [g] 35,3918 Sól [g] 10,9403	

Czwartek 5.02	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) 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 kalafiorowa (300 ml) Pulpet wp w sosie pieczarkowym (140g), kasza jęczmienna(120g), sałata lodowa(120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa kalafiorowa (300 ml) Pulpet wp w sosie pieczarkowym (140g), kasza jęczmienna(120g), sałata lodowa(120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa kalafiorowa (300 ml) Pulpet wp w sosie pieczarkowym (140g), kasza jęczmienna(120g), sałata lodowa(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] 2193,0919 Białko ogółem [g] 105,2635 Tłuszcz [g] 69,7422 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,4889 Węglowodany ogółem [g] 301,8162 W tym Cukry [g] 98,43 Błonnik pokarmowy [g] 32,6334 Sól [g] 10,7818	Energia [kcal] 2168,1819 Białko ogółem [g] 100,1973 Tłuszcz [g] 68,4766 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,2993 Węglowodany ogółem [g] 301,2442 W tym Cukry [g] 108,77 Błonnik pokarmowy [g] 27,7758 Sól [g] 9,5043	Energia [kcal] 2168,7537 Białko ogółem [g] 106,4235 Tłuszcz [g] 68,4262 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,4927 Węglowodany ogółem [g] 289,7880 W tym Cukry [g] 71,75 Błonnik pokarmowy [g] 35,8590 Sól [g] 10,3047	

Piątek 6.02	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 ogórkowa z ryżem (300ml) Miruna zapieczona z porem (120g) ziemniaki (250g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Miruna na parze (120g) ziemniaki (250g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) Miruna na parze (120g) ziemniaki (250g), 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 (śledź w oleju b.zalewy, jajko, ogórek kons) sałata (7 g), pomidor (30g), herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek kanapkowy ziołowy (60g), pomidor (30g) sałata (7 g) herbata ekspresowa z cytryną zc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasta rybna (śledź w oleju b.zalewy, jajko, ogórek kons) sałata (7 g), pomidor (30g), herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]
	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] 2168,9152 Białko ogółem [g] 86,0490 Tłuszcz [g] 49,9428 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 24,1327 Węglowodany ogółem [g] 357,2512 W tym Cukry [g] 100,94 Błonnik pokarmowy [g] 27,9341 Sól [g] 9,7153		Energia [kcal] 2185,9756 Białko ogółem [g] 88,0512 Tłuszcz [g] 48,9717 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 23,8953 Węglowodany ogółem [g] 360,236 W tym Cukry [g] 100,78 Błonnik pokarmowy [g] 24,8483 Sól [g] 9,9278	Energia [kcal] 2199,9802 Białko ogółem [g] 93,8478 Tłuszcz [g] 53,6995 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,2488 Węglowodany ogółem [g] 351,2989 W tym Cukry [g] 88,90 Błonnik pokarmowy [g] 33,7220 Sól [g] 10,6883

Sobota 7.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasztet 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) Ryz na mleku z sosem truskawkowym (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa (300ml) Ryz na mleku z sosem truskawkowym (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa (300ml) Ryz brązowy na wodzie z sosem truskawkowym (230g) jogurt naturalny (150g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), kiełbasa krakowska(60g) 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]
	Dodatek wa kolacja	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	jogurt bez cukru truskawka/banan (250g) [alergeny 7]
	Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2304,1488 Białko ogółem [g] 89,6212 Tłuszcz [g] 82,0227 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,6037 Węglowodany ogółem [g] 318,7134 W tym Cukry [g] 102,31 Błonnik pokarmowy [g] 34,3211 Sól [g] 10,3837	Energia [kcal] 2221,9745 Białko ogółem [g] 88,4486 Tłuszcz [g] 61,8938 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,5455 Węglowodany ogółem [g] 342,8474 W tym Cukry [g] 115,63 Błonnik pokarmowy [g] 30,9449 Sól [g] 10,6211	Energia [kcal] 2145,1745 Białko ogółem [g] 93,5786 Tłuszcz [g] 62,8838 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,7045 Węglowodany ogółem [g] 318,3974 W tym Cukry [g] 84,45 Błonnik pokarmowy [g] 35,5049 Sól [g] 11,0740

Niedziela 8.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), serek topiony(60g), 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) Filet dr duszony w sosie (120g) ziemniaki (250g), surówka z kapusty białej(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Filet dr duszony w sosie (120g) ziemniaki (250g), bukiet warzyw na parze(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Filet dr duszony w sosie (120g) ziemniaki (250g), bukiet warzyw na parze(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]
	Dodatki do kolacji	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

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 9.02	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 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), parówka dr na ciepło (60g) sałata zielona (7g), pomidor(40g)) kakao z mlekiem 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 z mlekiem bc(250ml) [alergeny 1,3,7,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Bogracz (300 ml) naleśniki z twarogiem i marmoladą (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300 ml) makaron z twarogiem (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300 ml) makaron pełnoziarnisty z twarogiem (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), ser żółty półtłusty (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]
	Dodatek owa kolacja	Jogurt truskawkowy (150g) [alergeny 7]	Jogurt naturalny (150g) [alergeny 7]	Jogurt naturalny (150g) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2146,8179 Białko ogółem [g] 87,5836 Węglowodany ogółem [g] 320,5720 Tłuszcz [g] 62,6953 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,2327 Błonnik pokarmowy [g] 28,3706 Sól [g] 5,6746	Energia [kcal] 2098,8814 Białko ogółem [g] 82,4585 Węglowodany ogółem [g] 314,8697 Tłuszcz [g] 63,1646 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,3107 Błonnik pokarmowy [g] 28,3706 Sól [g] 7,3334	Energia [kcal] 2151,3303 Białko ogółem [g] 71,2011 Węglowodany ogółem [g] 326,82 Tłuszcz [g] 67,1036 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,7865 Błonnik pokarmowy [g] 23,2154 Sól [g] 8,0764	Energia [kcal] 2094,0467 Białko ogółem [g] 78,5081 Tłuszcz [g] 56,9622 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,2521 Węglowodany ogółem [g] 332,1093 Błonnik pokarmowy [g] 31,6751 Sól [g] 4,2962

Wtorek 10.02	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) rzodkiewki (3 szt) 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	Zupa z kaszą manną (300ml) Kotlet schabowy smażony (120g) ziemniaki (300g) marchew na gęsto (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną (300ml) ziemniaki (300g) schab gotowany (120g) marchew z wody (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną (300ml) schab gotowany(120g) ziemniaki (300g) marchew z wody (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]
	Dodatki a 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] 2182,1876 Białko ogółem [g] 93,2208 Tłuszcz [g] 57,8538 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,7705 Węglowodany ogółem [g] 336,8006 Błonnik pokarmowy [g] 29,7740 Sól [g] 8,5116	Energia [kcal] 2130,7851 Białko ogółem [g] 97,4361 Tłuszcz [g] 53,3376 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g]27,0307 Węglowodany ogółem [g] 331,1582 Błonnik pokarmowy [g] 31,9604 Sól [g] 9,2680	Energia [kcal] 2141,7061 Białko ogółem [g] 96,3539 Tłuszcz [g] 96,3539 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,9097 Węglowodany ogółem [g] 334,1034 Błonnik pokarmowy [g] 30,7914 Sól [g] 9,3173

Środa 11.02	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	Krupnik (300g), fasolka po bretońsku (200g) ziemniaki (150g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300g), szynka wp got (120g) ziemniaki (200g) surówka z kapusty pekińskiej (150g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300g), szynka wp got (120g) ziemniaki (200g) surówka z kapusty pekińskiej (150g) 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 expresowa 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 expresowa 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 expresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
	Dodatkiwa kolacja	Gruszka (1 szt) serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]	Jabłko (1szt) serek homogenizowany (150g) [alergeny 7]	Gruszka (1 szt) jogurt owocowy bc (250g) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2251,5762 Białko ogółem [g] 92,6723 Tłuszcz [g] 61,3580 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 28,7699 Węglowodany ogółem [g] 345,2103 Błonnik pokarmowy [g]26,6314 Sól [g] 10,7630	Energia [kcal] 2192,8280 Białko ogółem [g] 93,9810 Tłuszcz [g] 69,5793 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,1629 Węglowodany ogółem [g] 310,4373 Błonnik pokarmowy [g] 25,8634 Sól [g] 11,2468	Energia [kcal] 2298,0953 Białko ogółem [g] 95,5909 Tłuszcz [g] 72,4987 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,1765 Węglowodany ogółem [g] 326,8961 Błonnik pokarmowy [g] 22,1614 Sól [g] 12,0673	Energia [kcal] 2298,8005 Białko ogółem [g] 95,0176 Tłuszcz [g] 67,2758 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,5325 Węglowodany ogółem [g] 343,8675 Błonnik pokarmowy [g] 32,2128 Sól [g] 12,1560

Czwartek 12.02	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/ (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	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp (150g), kasza jęczmienna (150g), fasolka szparagowa (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp got (150g), kasza jęczmienna (150g), bukiet warzyw na parze(120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (300ml) Gulasz wp got.(150g), kasza jęczmienna (150g), fasolka szparagowa (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 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] 2204,4900 Białko ogółem [g] 101,4154 Tłuszcz [g] 62,2266 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,7788 Węglowodany ogółem [g] 323,8884 Błonnik pokarmowy [g] 29,3372 Sól [g] 13,2935	Energia [kcal] 2157,4210 Białko ogółem [g] 99,3199 Tłuszcz [g] 62,5944 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,4022 Węglowodany ogółem [g] 312,8972 Błonnik pokarmowy [g] 28,8605 Sól [g] 13,5680	Energia [kcal] 2057,8810 Białko ogółem [g] 92,8795 Tłuszcz [g] 53,9992 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,4174 Węglowodany ogółem [g] 341,3312 Błonnik pokarmowy [g] 26,1018 Sól [g] 12,7489	Energia [kcal] 2058,4528 Białko ogółem [g] 99,1057 Tłuszcz [g] 53,9488 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,6108 Węglowodany ogółem [g] 310,4903 Błonnik pokarmowy [g] 34,1850 Sól [g] 13,5492

Piątek 13.02	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 ryżowa (300 ml) Filet z miruny, panierowany, smażony (120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300 ml) Filet z miruny na parze(120g) ziemniaki (300g), buraczki (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300 ml) Filet z miruny na parze(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, ogórek konserwowy, 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, ogórek konserwowy, jajko) (80g), sałata zielona (7g), ogórek zielony (40g) herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
	Dodatki do kolacji	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] 2248,5792 Białko ogółem [g] 80,1287 Tłuszcz [g] 59,7648 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,0038 Węglowodany ogółem [g] 359,4175 Błonnik pokarmowy [g] 24,8247 Sól [g] 9,2472	Energia [kcal] 2184,4591 Białko ogółem [g] 77,3666 Tłuszcz [g] 58,2433 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,5257 Węglowodany ogółem [g] 349,1570 Błonnik pokarmowy [g] 24,0160 Sól [g] 8,9985	Energia [kcal] 2212,0527 Białko ogółem [g] 82,9620 Tłuszcz [g] 54,1506 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,1508 Węglowodany ogółem [g] 358,5330 Błonnik pokarmowy [g] 24,8166 Sól [g] 9,7441	Energia [kcal] 2231,9145 Białko ogółem [g] 87,5323 Tłuszcz [g] 55,5454 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,0166 Węglowodany ogółem [g] 360,5700 Błonnik pokarmowy [g] 31,7756 Sól [g] 10,6573

Sobota 14.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), jajko na twardo (1 szt), polędwica dr (40g), 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), jajko na twardo (1 szt), polędwica dr (40g), pomidor (30g), sałata zielona (7g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10,]	chleb graham (120g), masło(15g), jajko na twardo (1 szt), polędwica dr (40g), 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) Makaron z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa(300ml) Makaron z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa(300ml) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasztet dr (60g), 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]
	Dodatek wa kolacja	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	serek homogenizowany waniliowy (150g) [alergeny 7]	jogurt bez cukru truskawka/banan (250g) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2247,3215 Białko ogółem [g] 88,4428 Tłuszcz [g] 63,4356 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,3753 Węglowodany ogółem [g] 300,4206 Błonnik pokarmowy [g] 29,6184 Sól [g] 9,7746	Energia [kcal] 2190,3339 Białko ogółem [g] 79,6877 Tłuszcz [g] 68,7200 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,4801 Węglowodany ogółem [g] 327,5623 Błonnik pokarmowy [g] 28,5033 Sól [g] 10,0170	Energia [kcal] 2163,9339 Białko ogółem [g] 82,3277 Tłuszcz [g] 69,2000 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,5401 Węglowodany ogółem [g] 318,4423 Błonnik pokarmowy [g] 31,1433 Sól [g] 10,1454	

Niedziela 15.02	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), ser topiony(60g), papryka (30g) dżem niskosłodzony (25g), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,7]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), serek kanapkowy naturalny (60g) dżem niskosłodzony (25g) pomidor b. skórki (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]	chleb graham (120g), masło(15g), serek kanapkowy naturalny(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 drobiowe smażone (150g), ziemniaki (250g) surówka z kapusty białej (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10,]	Rosół z makaronem (300ml) Udko drobiowe smażone (150g), ziemniaki (250g) bukiet warzyw z wody (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10,]	Rosół z makaronem (300ml) Udko drobiowe smażone (150g), ziemniaki (250g) 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 zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]
	Dodatek do kolacji	Wafle ryżowe (25g), jogurt truskawkowy (150g) [alergeny 7]	Wafle ryżowe (25g), jogurt naturalny (150g) [alergeny 7]	Wafle ryżowe (25g), jogurt naturalny (150g) [alergeny 7]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2270,1983 Białko ogółem [g] 92,6952 Tłuszcz [g] 67,4550 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 35,4792 Węglowodany ogółem [g] 334,3580 Błonnik pokarmowy [g] 23,7443 Sól [g] 11,1782	Energia [kcal] 2185,2720 Białko ogółem [g] 105,2896 Tłuszcz [g] 57,3827 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,5551 Węglowodany ogółem [g] 324,5412 Błonnik pokarmowy [g] 25,2788 Sól [g] 12,3236	Energia [kcal] 2132,4720 Białko ogółem [g] 110,5696 Tłuszcz [g] 58,3427 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,6751 Węglowodany ogółem [g] 306,3012 Błonnik pokarmowy [g] 30,5588 Sól [g] 12,5804	

SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLETANCJI:

- | | | |
|-----------------------------------|--|--|
| 1. Zboża zawierające gluten | 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i pochodne | 9. Seler i produkty pochodne |
| 2. Skorupiaki i produkty pochodne | 6. Soja i produkty pochodne | 10. Gorczyca i produkty pochodne |
| 3. Jaja i produkty pochodne | 7. Mleko i produkty pochodne | 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne |
| 4. Ryby i produkty pochodne | 8. Orzechy migdały, laskowe, włoskie | 12. Dwutlenek siarki i siarczyny |
| | | 13. Łubin i produkty pochodne |
| | | 14. Mięczaki i produkty pochodne |

