

Jadłospis 16.03-29.03

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 16.03	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 strogonow z mięsem (300 ml) makaron z twarogiem, masłem i cukrem (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa z mięsem (300 ml) makaron z twarogiem, masłem i cukrem (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa z mięsem (300 ml) makaron pełnoziarnisty z twarogiem, masłem (150g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja\dotatkowa 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] 22047,563 Białko ogółem [g] 84,571 Tłuszcz [g] 79,682 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,594 Węglowodany ogółem [g] 281,621 W tym Cukry [g] 99,521 Błonnik pokarmowy [g] 25,201 Sól [g] 10,542	Energia [kcal] 2175,0536 Białko ogółem [g] 69,6483 Tłuszcz [g] 69,4444 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 37,5850 Węglowodany ogółem [g] 331,4716 W tym Cukry [g] 113,14 Błonnik pokarmowy [g] 27,0163 Sól [g] 6,2682	Energia [kcal] 2194,9014 Białko ogółem [g] 80,9265 Tłuszcz [g] 73,4271 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 39,3619 Węglowodany ogółem [g] 318,3086 W tym Cukry [g] 105,07 Błonnik pokarmowy [g] 31,7823 Sól [g] 5,7389	

Wtorek 17.03	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	Zupa z lanym ciastem (300ml) Kotlet schabowy, panierowany pieczony w piecu (120g), ziemniaki (250g), marchew na gęsto (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z lanym ciastem (300ml) Schab got (120g), ziemniaki (250g), marchew z wody (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa z lanym ciastem (300ml) Schab got (120g), ziemniaki (250g), marchew z wody (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), pasztet dr. (50g) ogórek zielony (30g) sałata zielona (7g) herbata miętowa (250ml) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) [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) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) [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) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2351,254 Białko ogółem [g] 86,954 Tłuszcz [g] 63,5211 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,621 Węglowodany ogółem [g] 385,421 W tym Cukry [g] 128,84 Błonnik pokarmowy [g] 31,2273 Sól [g] 12,0723		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 18.03	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	Zupa porowa z ziemniakami (300g), Gulasz wp (150g) Kasza jęczmienna (150g), fasolka szparagowa (120g), Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa z ziemniakami (300g), Gulasz wp got (150g) Kasza jęczmienna (150g), kalafior na parze (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa porowa z ziemniakami (300g), Gulasz wp got (150g) Kasza jęczmienna (150g), fasolka szparagowa (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa 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) serek homogenizowany (150g) [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) serek homogenizowany (150g) [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) jogurt naturalny 150g [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2281,7662 Białko ogółem [g] 94,2717 Tłuszcz [g] 58,5006 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,2488 Węglowodany ogółem [g] 361,0130 W tym Cukry [g] 112,46 Błonnik pokarmowy [g] 34,4718 Sól [g] 8,8316	Energia [kcal] 2206,8557 Białko ogółem [g] 103,0991 Tłuszcz [g] 42,8585 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 22,2807 Węglowodany ogółem [g] 367,8997 W tym Cukry [g] 120,69 Błonnik pokarmowy [g] 32,6730 Sól [g] 7,8896	Energia [kcal] 2175,7043 Białko ogółem [g] 106,5548 Tłuszcz [g] 57,9304 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 26,2775 Węglowodany ogółem [g] 325,7438 W tym Cukry [g] 75,36 Błonnik pokarmowy [g] 39,4805 Sól [g] 11,1290	

Czwartek 19.03	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), jajecznicza na parze (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 ryżowa (300 ml) Pierś dr w cieście smażona (120g), ziemniaki (250g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300 ml) Filet z piersi dr got (120g), ziemniaki (250g), bukiet warzyw z wody (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ryżowa (300 ml) Filet z piersi dr got (120g), ziemniaki (250g), surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja / Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), szynka wiejska (40g), ser żółty (30g), ogórek zielony (30 g), Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt 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) Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt ,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), Serek wiejski (200g), jabłko 1 szt , herbata owocowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2245,315 Białko ogółem [g] 80,654 Tłuszcz [g] 62,451 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,698 Węglowodany ogółem [g] 341,561 W tym Cukry [g] 119,607 Błonnik pokarmowy [g] 32,584 Sól [g] 9,621		Energia [kcal] 2189,047 Białko ogółem [g] 78,5236 Tłuszcz [g] 48,0752 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 24,0752 Węglowodany ogółem [g] 358,7091 W tym Cukry [g] 115,87 Błonnik pokarmowy [g] 26,7985 Sól [g] 10,0382	Energia [kcal] 2173,621 Białko ogółem [g] 90,3590 Tłuszcz [g] 60,6579 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 27,9299 Węglowodany ogółem [g] 321,9889 W tym Cukry [g] 86,53 Błonnik pokarmowy [g] 36,0611 Sól [g] 12,2478

Piątek 20.03	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	Krupnik (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (250g), sałata lodowa (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Krupnik (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (250g), sałata lodowa (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Krupnik (300ml) Jajko w sosie koperkowym (120g) ziemniaki (250g), sałata lodowa (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]
	Kolacja / Dodatkowa 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), Banan 1 szt jogurt naturalny 150g 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) Banan 1 szt jogurt naturalny 150g 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), Banan 1 szt jogurt naturalny 150g herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,3,4,6,7,9,10,]
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 21.03	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 1,3,7,10]	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 1,3,7,10]	chleb graham (120g), masło(15g), serek kanapkowy naturalny(60g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,7,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Gulasz z wątróbki dr (130g) ziemniaki,(250g) buraczki (150g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Gulasz z wątróbki dr (130g) ziemniaki,(250g) buraczki (150g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa pomidorowa z makronem (300ml) Gulasz z wątróbki dr (130g) ziemniaki,(250g) buraczki (150g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), kiełbasa krakowska(60g) ogórek zielony (40g) sałata zielona (7g) serek homogenizowany waniliowy (150g) 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) serek homogenizowany waniliowy (150g) herbata miętowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g),), kiełbasa krakowska (60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) jogurt bez cukru truskawka/banan (250g) herbata miętowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2213,8763 Białko ogółem [g] 86,0700 Tłuszcz [g] 80,9130 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 38,3894 Węglowodany ogółem [g] 299,9092 Błonnik pokarmowy [g] 29,4472 Sól [g] 8,7206	Energia [kcal] 2156,8887 Białko ogółem [g] 77,3149 Tłuszcz [g] 66,1974 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,0087 Węglowodany ogółem [g] 327,0509 Błonnik pokarmowy [g] 28,3321 Sól [g] 8,9630	Energia [kcal] 2249,3127 Białko ogółem [g] 80,1351 Tłuszcz [g] 66,3644 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,6891 Węglowodany ogółem [g] 348,3459 Błonnik pokarmowy [g] 31,4075 Sól [g] 8,2004	

Niedziela 22.03	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), połędwica dr. (60g), papryka (30g) jajko gotowane (1 szt), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,7]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), połędwica dr. (60g), jajko gotowane (1 szt), pomidor b. skórki (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]	chleb graham (120g), masło(15g), połędwica dr. (60g), papryka (30g) jajko gotowane (1 szt), 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) Pieczeń wp z sosem (150g) ziemniaki (250g), kapusta czerwona na ciepło (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Szynka wp got (120g) ziemniaki (250g), bukiet warzyw na parze(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Szynka wp got (120g) ziemniaki (250g), bukiet warzyw na parze(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), połędwica drobiowa (30g), ser żółty (30g) papryka (30 g) herbata owocowa zc(250ml) jogurt truskawkowy (150g) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), połędwica drobiowa (40g) serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) jogurt truskawkowy (150g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,7,6,8,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g), połędwica drobiowa (40g) serek kanapkowy (30g), pomidor (30g) jogurt naturalny (150g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2123,8643 Białko ogółem [g] 87,1887 Tłuszcz [g] 63,6378 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 29,9985 Węglowodany ogółem [g] 312,7555 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3195 Sól [g] 12,5253		Energia [kcal] 2164,8690 Białko ogółem [g] 110,5603 Tłuszcz [g] 52,0808 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 30,2180 Węglowodany ogółem [g] 325,8080 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 25,0395 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

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna (wrzodowa, wątrobowa)	Dieta cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 23.03	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	Zupa grochowa (300 ml) pierogi leniwe z masłem i cynamonem (250g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa jarzynowa (300 ml) pierogi leniwe z masłem i cynamonem (250g), surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa grochowa (300 ml) makaron pełnoziarnisty z twarogiem i masłem(120g) surówka z marchewki i jabłka (120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), ogonówka wp. (30g), ser żółty półtłusty (30g), pomidor (30g) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) 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) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) 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) Banan (1szt) jogurt naturalny (150ml) herbata owocowa (250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2323,1264 Białko ogółem [g] 101,1646 Węglowodany ogółem [g] 323,8336 W tym Cukry [g] 104,63 Tłuszcz [g] 74,0398 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,8986 Błonnik pokarmowy [g] 27,5672 Sól [g] 9,3777		Energia [kcal] 2210,0823 Białko ogółem [g] 80,6383 Tłuszcz [g] 67,1798 Węglowodany ogółem [g] 332,2618 W tym Cukry [g] 127,54 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,4358 Błonnik pokarmowy [g] 25,2839 Sól [g] 8,8734	Energia [kcal] 2199,0071 Białko ogółem [g] 85,5346 Tłuszcz [g] 69,5181 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,5649 Węglowodany ogółem [g] 322,9623 W tym Cukry [g] 80,65 Błonnik pokarmowy [g] 33,0459 Sól [g] 8,6013

Wtorek 24.03	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	Krupnik (300ml) filet dr nadziewany serem, panierowany z pieca (120g) ziemniaki (300g) surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300ml) filet dr duszony w warzywach (120g) ziemniaki (300g) brokuł na parze (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Krupnik (300ml) filet dr duszony w warzywach (120g) ziemniaki (300g) surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	Chleb zwykły/graham/bułka (120g), masło (15 g), pasztet dr. (50g) ogórek zielony (30g) sałata zielona (7g) Jogurt truskawkowy (150g) 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) Jogurt truskawkowy (150g) 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) Jogurt naturalny (150g) herbata miętowa(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2380,9834 Białko ogółem [g] 97,8065 Tłuszcz [g] 86,9555 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,6890 Węglowodany ogółem [g] 316,6828 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7286 Sól [g] 13,7623		Energia [kcal] 2115,0384 Białko ogółem [g] 98,3294 Tłuszcz [g] 57,0490 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,6340 Węglowodany ogółem [g] 315,5840 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

Środa 25.03	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 ziemniaczana (300g), Kurczak z ryżem i warzywami (200g) Sałata lodowa(120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300g), Potrawka z kurczaka z ryżem (200g) Sałata lodowa(120g) Kompot wieloowocowy zc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa ziemniaczana (300g), Potrawka z kurczaka z ryżem brązowym(200g) Sałata lodowa(120g) Kompot wieloowocowy bc (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), polędwica dr (40g), ser żółty (30g) ogórek zielony (30g) Gruszka (1 szt) serek homogenizowany (150g) 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) Jabłko (1szt) serek homogenizowany (150g) 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) Gruszka (1 szt) jogurt owocowy bc (250g) herbata ekspresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2254,89 Białko ogółem [g] 96,4349 Tłuszcz [g] 65,1978 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 33,9134 Węglowodany ogółem [g] 329,6158 W tym Cukry [g] 112,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,5814 Sól [g] 13,0067		Energia [kcal] 2212,5792 Białko ogółem [g] 101,0986 Tłuszcz [g] 60,8208 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,7989 Węglowodany ogółem [g] 334,4296 W tym Cukry [g] 106,36 Błonnik pokarmowy [g] 28,9885 Sól [g] 10,4308	Energia [kcal] 2198,3322 Białko ogółem [g] 109,5406 Tłuszcz [g] 69,3518 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 36,6196 Węglowodany ogółem [g] 304,9871 W tym Cukry [g] 100,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,1205 Sól [g] 11,5807

Czwartek 26.03	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), jajecznicza na parze (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	Barszcz czerwony (300ml) Klops wp w sosie pieczarkowym (140g) kasza gryczana (150g), fasolka szparagowa (120g) Kompot wielowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Klops wp w sosie pieczarkowym (140g) kasza jęczmienna (150g), kalafior na parze (120g) Kompot wielowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Barszcz czerwony (300ml) Klops wp w sosie pieczarkowym (140g) kasza gryczana (150g), fasolka szparagowa (120g) Kompot wielowocowy(250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), szynka wiejska (40g), ser żółty (30g), ogórek zielony (30 g), jabłko 1 szt 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), jabłko 1 szt, 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), jabłko 1 szt ,herbata owocowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2266,3781 Białko ogółem [g] 89,3096 Tłuszcz [g] 65,4188 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone 30,8617 Węglowodany ogółem [g] 342,5002 W tym Cukry [g] 86,86 Błonnik pokarmowy [g] 25,8603 Sól [g] 11,9671		Energia [kcal] 2148,3659 Białko ogółem [g] 92,4932 Tłuszcz [g] 55,3295 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,6408 Węglowodany ogółem [g] 332,2057 W tym Cukry [g] 96,35 Błonnik pokarmowy [g] 24,5452 Sól [g] 10,5476	Energia [kcal] 2145,0056 Białko ogółem [g] 90,9962 Tłuszcz [g] 58,6180 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 28,2423 Węglowodany ogółem [g] 329,2899 W tym Cukry [g] 84,75 Błonnik pokarmowy [g] 32,7590 Sól [g] 11,3140

Piątek 27.03	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 z kasza manną (300 ml) Filet z miruny, panierowany, smażony (120g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty kiszanej (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną (300 ml) Filet z miruny na parze(120g) ziemniaki (300g), bukiet warzyw na parze (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]	Zupa z kasza manną (300 ml) Filet z miruny na parze(120g) ziemniaki (300g), surówka z kapusty kiszanej (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,4,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa 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), banan (1 szt) jogurt naturalny 150g herbata expresowa 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) , banan (1 szt) jogurt naturalny 150g herbata expresowa 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) banan (1 szt) jogurt naturalny 150g , herbata expresowa z cytryną bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2153,0682 Białko ogółem [g] 85,9555 Tłuszcz [g] 50,8790 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] 2164,3481 Białko ogółem [g] 86,6479 Tłuszcz [g] 49,0402 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 23,8848 Węglowodany ogółem [g] 355,9557 W tym cukry [g] 105,57 Błonnik pokarmowy [g] 24,0995 Sól [g] 10,0235	Energia [kcal] 2152,1551 Białko ogółem [g] 92,168 Tłuszcz [g] 53,6901 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 25,2226 Węglowodany ogółem [g] 340,1635 W tym cukry [g] 94,39 Błonnik pokarmowy [g] 33,1802 Sól [g] 10,8357	

Sobota 28.03	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 1,3,7,10]	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 1,3,7,10]	chleb graham (120g), masło(15g), serek kanapkowy naturalny(60g) pomidor (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,3,7,10]
	II śniadanie			Chleb graham (120g), masło (15g), herbata czarna bc (250ml) [alergeny 1,7]
	Obiad	Zupa kalafiorowa (300ml) Makaron z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa kalafiorowa (300ml) Makaron z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]	Zupa kalafiorowa (300ml) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolońskim (230g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,7,8,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), pasztet dr (60g), ogórek zielony (40g) sałata zielona (7g) serek homogenizowany waniliowy (150g) 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) serek homogenizowany waniliowy (150g) herbata miętowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]	chleb graham (120g), masło(15g),), kiełbasa krakowska (60g) pomidor (30g), sałata zielona (7g) jogurt bez cukru truskawka/banan (250g) herbata miętowa bc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,9,10]
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 29.03	Śniadanie	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), polędwica dr. (60g), papryka (30g) jajko gotowane (1 szt), kawa zbożowa z mlekiem zc(250ml) [alergeny 1,7]	chleb zwykły, bułka pszenna (120g), masło(15g), polędwica dr. (60g), jajko gotowane (1 szt), pomidor b. skórki (30g) kawa zbożowa z mlekiem zc (250ml) [alergeny 1,7]	chleb graham (120g), masło(15g), polędwica dr. (60g), papryka (30g) jajko gotowane (1 szt), 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) Schab 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) Schab got (120g) ziemniaki (250g), brokuł na parze(120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]	Rosół z makaronem (300ml) Schab got (120g) ziemniaki (250g),surówka z kapusty pekińskiej (120g) Kompot wieloowocowy (250ml) [alergeny 1,3,5,6,7,9,10]
	Kolacja/ Dodatkowa kolacja	chleb (120g)/zwykły, graham, bułka do wyboru/, masło(15g), polędwica drobiowa (30g), ser żółty (30g) papryka (30 g) jogurt truskawkowy (150g) 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) jogurt truskawkowy (150g) 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) , jogurt naturalny (150g) herbata owocowa zc(250ml) [alergeny 1,3,6,7,8,9,10]
Wartość energetyczna	Energia [kcal] 2215,621 Białko ogółem [g] 93,517 Tłuszcz [g] 68,930 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 34,621 Węglowodany ogółem [g] 340,698 Błonnik pokarmowy [g] 22,512 Sól [g] 10,847		Energia [kcal] 2198,621 Białko ogółem [g] 102,640 Tłuszcz [g] 59,684 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 32,654 Węglowodany ogółem [g] 320,630 Błonnik pokarmowy [g] 24,907 Sól [g] 11,365	Energia [kcal] 2173,094 Białko ogółem [g] 101,625 Tłuszcz [g] 57,0345 Kwasy tłuszczowe: ogółem nasycone [g] 31,625 Węglowodany ogółem [g] 315,039 Błonnik pokarmowy [g] 29,684 Sól [g] 11,521

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

