

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-03-15 piątek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) sałata liść	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos musztardowy 50g (BIA, GLU, SEL) Mandarynka		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Sałatka makaronowa 100g (BIA, GLU, JAJ, GOR) sałata liść	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	CukrzycaP	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) sałata liść	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Sałatka makaronowa 100g (BIA, GLU, JAJ, GOR) sałata liść	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Szynka drobiowa 25g (SOJ)
	Niskożuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml(BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi leniwe 300g(BIA, GLU) Marchew gotowana 100g Mus bananowy 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g(GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g(SOJ) sałata liść	Kaszka manna zowocami 200ml (GLU)
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250mi (BIA)	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 403,05	93,16	87,67	12,68	260,48	81,10	6,77
Lekkostrawna P	2 042,68	87,69	62,89	13,23	252,32	78,89	5,73
CukrzycaP	1 926,65	89,41	73,83	17,24	228,14	53,35	5,80
Niskożuszczowa P	2 067,25	91,27	62,13	14,91	236,06	67,93	5,89
Papkowata P	2 007,63	86,68	60,51	14,66	230,39	71,56	6,11

Alergeny legenda:

BIA - Białko mleka krowiego, GLU - Gluten oraz zboża i produkty zawierające gluten

JAJ - Jaja kurze, ORZ - Orzechy arachidowe, orzechy arachidowe, orzechy włoskie, laskowe, pistacje, migdały, brazylijskie, makadamia, SEL - Seler i produkty pochodne; DWU Dwutlenek siarki i siarczyny, RYB - Ryby i produkty pochodne SKO - Skorupiaki i produkty pochodne MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne SOJ - Soja i produkty pochodne GOR - Gorczyca i produkty pochodne, ZIA - Ziarno sezamu i produkty pochodne LUB - Lubin i produkty pochodne