

2024-02-27 wtorek

2024-02-27 wtorek

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
O	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Ogórek zielony 50g Szynka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Fasolka po bretońsku 250g (GLU, SEL) Bulka pszenna 50g (GLU) Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Paprykarz 60g (RYB) sałata liść	Napój jogurtowy Ayran 200ml (BIA)
Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Szynka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB) sałata liść	Napój jogurtowy Ayran 200ml (BIA)
Cukrzy	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 50g Szynka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB) sałata liść	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Napój jogurtowy Ayran 200ml (BIA)
Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Szynka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Mix warzyw gotowanych 100g Jabłko pieczone 1 szt.	Herbatniki 3 szt. (BIA, GLU, JAJ)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Napój jogurtowy Ayran 200ml (BIA)
Papko	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU)	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 612,19	122,71	99,30	13,38	322,09	87,22	6,07
Lekkostrawna P	2 023,26	88,20	83,15	11,22	267,30	72,34	5,73
Cukrzyca P	1 884,95	73,13	76,90	16,43	191,22	60,31	6,78
Nisko tłuszczowa P	2 202,68	99,02	63,33	9,23	247,80	72,22	5,89
Papkowata P	2 098,18	89,12	76,73	15,29	223,11	72,76	6,32

Alergeny legenda:

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

JAJ - Jaja kurcze, 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 ŁUB - Łubin i produkty pochodne