

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-03-06 środa	Ogólna	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasztet pieczony 70g(GLU, JAJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść	Zupa fasolowa 350ml (SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty 120g Banan 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa 50g(SOJ) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU, JAJ) Marchew gotowana 100g Banan 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Cuk	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasztet pieczony 70g(GLU, JAJ) Pomidor 50g sałata liść Ser żółty 25g (BIA)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi z mięsem 300g (GLU, JAJ) Surówka z białej kapusty 120g Kiwi 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
2024-03-06 środa	Niskotłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa 50g(SOJ) sałata liść Dżem 50g	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi z serem 400g (BIA, GLU) Marchew gotowana 100g Mus jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Papkowata	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa 50g(SOJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Gzik czysty (bez szczypiorku) 150g (BIA) Ziemniaki 200g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 50g	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 601,10	93,16	87,67	12,68	260,48	81,10	6,77
Lekkostrawna P	2 234,14	87,69	62,89	13,23	252,32	78,89	5,73
Cukrzyca P	1 989,92	89,41	73,83	17,24	228,14	53,35	5,80
Niskotłuszczowa P	2 203,67	91,27	62,13	14,91	236,06	67,93	5,89
Papkowata P	2 104,18	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 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