

2024-04-25 czwartek

2024-04-25 czwartek

	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II Kolacja
Ogólna P	(GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Zupa mleczna z lanymi kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa a 25g (SOJ) Ogórek zielony 50g sałata	Kapuśniak 350ml (SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z pora 120g (BIA) Sos koperkowy 100g (GLU, SEL) Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (GLU, SOJ) Pomidor 50g	Jogurt owocowy 150g (BIA)
Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Zupa mleczna z lanymi kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa a 25g (SOJ) sałata liść	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 100g (GLU, JAJ) Jabłko pieczone 1 szt. Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 150g (BIA)
Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Zupa mleczna z lanymi kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa a 25g (SOJ) Ogórek zielony 50g sałata liść	Kapuśniak 350ml (SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z pora 120g (BIA) Jabłko 1 szt. Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Ser żółty 25g (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 lanymi kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa a 25g (SOJ) sałata liść	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 100g (GLU, JAJ) Jabłko pieczone 1 szt. Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)	Budyń z owocami 200g (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 150g (BIA)
Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 50g (BIA) Zupa mleczna z lanymi kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa a 25g (SOJ)	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)	Jogurt owocowy 150g (BIA)

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 124,13	98,89	101,16	15,68	214,46	81,10	7,11
Lekkostrawna P	2 103,04	108,64	98,14	13,23	217,51	78,89	5,73
Cukrzyca P	1 956,22	102,47	98,97	17,24	213,56	53,35	6,78
Nisko tłuszczowa P	1 978,04	102,61	64,26	13,91	210,37	67,93	5,89
Papkowata P	2 144,08	111,69	100,72	14,66	197,80	71,56	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