

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja		
2024-05-10 piątek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść Dżem 50g	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Mintaj panierowany 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka coleslaw 120g (JAJ, GOR) Kompot 250ml Jabłko 1 szt.		Herbata 200ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salatka jarzynowa 100g (SEL) sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)		
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Dżem 50g sałata liść	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Kompot 250ml Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.		Herbata 200ml  Masło 20g (BIA) Salatka jarzynowa 100g (SEL) sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)		
	Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 50g sałata liść	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka coleslaw 120g (JAJ, GOR) Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Jabłko 1 szt.		Herbata 200ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salatka jarzynowa 100g (SEL) sałata liść	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) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Twarożek 50g (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Kompot 250ml Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.	Budyń z owocami 200g (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)		
2024-05-10 piątek	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g			
	Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
	Ogólna P	2 389,22	87,80	69,76	16,38	221,97	73,58	7,48
	Lekkostrawna P	2 033,15	87,59	68,76	15,29	220,82	72,49	6,22
	Cukrzyca P	1 801,95	77,02	72,51	17,94	175,40	52,95	7,59
Nisko tłuszczowa P	1 789,34	87,39	64,58	13,53	221,87	73,42	7,01	
Papkowata P	2 055,18	81,36	62,42	12,49	200,72	64,84	7,85	

## 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, makadama, 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