

		Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-03-11 poniedziałek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść Jajko gotowane 1/2	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Kaszanka zasmażana luzem z cebulką 1szt+20g Ziemniaki 200g Kapusta kiszona gotowana 100g Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Kisiel 200ml
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g sałata liść ;Jajko gotowane 1/2szt	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g Marchew gotowana 100g Jabłko pieczone 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 80g (BIA) sałata liść	Kisiel 200ml
	CukrzycaP	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g sałata liść Jajko gotowane 1/2 szt. (JAJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g Kapusta kiszona gotowana 100g Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)
2024-03-11 poniedziałek	Niskośluszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g sałata liść Szynka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g Jabłko pieczone 1 szt. Marchew gotowana 100g	Jogurt owocowy 150g (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 80g (BIA) sałata liść	Kisiel 200ml
	Papkowata 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)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g Marchew gotowana 100g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 80g (BIA)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 032,37	75,75	85,65	9,37	248,00	75,38	7,92
Lekkostrawna P	2 111,70	76,94	67,65	6,94	246,65	74,96	7,04
CukrzycaP	2 055,99	72,09	96,20	10,47	237,43	61,30	8,27
Niskośluszczowa P	2 118,94	104,55	67,81	6,58	232,39	60,47	7,95
Papkowata P	1 968,21	88,35	74,20	8,48	224,24	59,28	7,38

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 ŁUB - Łubin i produkty pochodne