

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-02-12 poniedziałek	Ogóln	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajecznicza 70g (BIA, JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Szyńka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Barszcz biały 350ml (GLU, JAJ, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ, SEL) Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek a'la gzik 50g (BIA) Pomidor 50g	Kisiel 200ml
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść Szyńka drobiowa 25g (SOJ)	Barszcz biały 350ml (GLU, JAJ, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ, SEL) Gruszka pieczona 1 szt.		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek a'la gzik 50g (BIA) Pomidor b/s 50g	Kisiel 200ml
	Cukrzyca	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Szyńka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Barszcz biały 350ml (GLU, JAJ, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ, SEL) Gruszka 1 szt. Surówka z tartą marchwi 120g		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek a'la gzik 50g (BIA) Pomidor 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Szyńka drobiowa 25g (SOJ) Kisiel 200ml
	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść Szyńka drobiowa 25g (SOJ)	Barszcz biały 350ml (GLU, JAJ, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ, SEL) Mus bananowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek 50g (BIA) Pomidor b/s 50g	Kisiel 200ml
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA)	Barszcz biały 350ml (GLU, JAJ, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek a'la gzik 50g (BIA)	

Nazwa	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	87,80	69,76	16,38	221,97	73,58	7,48
Lekkostrawna P	87,59	68,76	15,29	220,82	72,49	6,22
Cukrzyca P	77,02	72,51	17,94	175,40	52,95	7,59
Nisko tłuszczowa P	87,39	64,58	13,53	221,87	73,42	7,01
Papkowata P	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 kurcze, 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 LUB - Lubin i produkty pochodne