

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-03-18 poniedziałek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Dżem 50g sałata liść	Zupa kalafiorowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, JAJ, SEL) Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kisiel 200ml
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) Dżem 50g sałata liść	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Makaron z sosem bolońskim (bez tłuszczu) 300g (GLU, JAJ, SEL) Gruszka pieczona 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kisiel 200ml
	Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 50g sałata liść	Zupa kalafiorowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem bolońskim (bez tłuszczu) 300g (GLU, JAJ, SEL) Ogórek kiszony 1 szt. Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Ser biały 25g (BIA)
2024-03-18 poniedziałek	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) Dżem 50g Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) sałata liść	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Makaron z sosem bolońskim (bez tłuszczu) 300g (GLU, JAJ, SEL) Mus bananowy 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kisiel 200ml
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Sos mięsno-warzywny 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 599,19	130,71	101,30	14,38	315,09	84,68	6,38
Lekkostrawna P	2 057,26	89,30	73,15	12,94	265,50	73,59	5,82
Cukrzyca P	1 776,95	74,89	86,90	15,43	189,39	58,29	6,94
Nisko tłuszczowa P	2 195,68	100,08	71,33	11,23	257,00	76,64	5,78
Papkowata P	2 074,18	90,99	75,73	15,29	243,59	71,37	6,28

**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