

2024-04-04 czwartek	Ogólna P	Śniadanie 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 25g(SOJ) Ogórek zielony 50g sałata liść	Obiad Kapuśniak 350ml (SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z pora 120g (BIA) Sos koperkowy 100g (GLU, SEL) Jabłko 1 szt.	Podwieczerek	Kolacja Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (GLU, SOJ) Pomidor 50g	II Kolacja 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 25g (SOJ) sałata liść Ogórek zielony 50g	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 100g 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)
2024-04-04 czwartek	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 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 25g(SOJ) sałata liść	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 100g 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)
2024-04-04 czwartek	Papkováta 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 25g (SOJ)	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 100g 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	2 302,05	93,16	87,67	12,68	260,48	81,10	6,77
Lekkostrawna P	2 102,68	87,69	62,89	13,23	252,32	78,89	5,73
Cukrzyca P	2 104,65	89,41	73,83	17,24	228,14	53,35	5,80
Nisko tłuszczowa P	2 067,25	91,27	62,13	14,91	236,06	67,93	5,89
Papkováta P	2 007,63	86,68	60,51	14,66	230,39	71,56	6,11

**Alergeny legenda:**

BIA - Białko mleka krowiego, GLU - Gluten oraz zboża i produkty zawierające gluten  
 JAJ - Jaja kurcze, ORZ - 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