

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-03-13 środa	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Ogórek kiszony 50g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść	Zupa grochowa z kielbasą 350ml (SEL) Gzik ze szczypiorkiem 150g (BIA) Ziemniaki 200g Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salceson 50g sałata liść	Galaretka owocowa 200g
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Pomidor b/s 50g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Gzik czysty (bez szczypiorku) 150g (BIA) Ziemniaki 200g Gruszka pieczona 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Galaretka owocowa 200g
	CukrzycaP	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Ogórek kiszony 50g sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Gzik ze szczypiorkiem 150g (BIA) Ziemniaki 200g 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) Sałatka z pomidora i ogórka 100g
2024-03-13 środa	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Pomidor b/s 50g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Gzik czysty (bez szczypiorku) 150g (BIA) Ziemniaki 200g Mus jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Galaretka owocowa 200g
	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)	Zupa jarzynowa 350ml (bez fasolki i pora) (BIA, GLU, SEL) Gzik czysty (bez szczypiorku) 150g (BIA) 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	2 245,89	106,61	86,01	15,68	248,01	81,10	6,07
Lekkostrawna P	2 177,67	107,37	88,71	13,23	241,02	78,89	5,73
CukrzycaP	2 064,05	100,22	92,19	17,24	244,21	53,35	5,78
Nisko tłuszczowa P	2 149,91	100,56	64,80	13,91	241,43	67,93	5,89
Papkowata P	2 076,83	105,60	87,33	14,66	221,16	71,56	6,32

Alergeny legenda:

BIA - Białko mleka krowiego, GLU - Gluten oraz zboża i produkty zawierające gluten

JAJ - Jaja kurze, ORZ - Orzechy arachidowe, orzechy włoskie, laskowe, pistacje, migdały, brazylijskie, makadama, SEL - Seler i produkty

poходne; 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 - Łubin i produkty pochodne