

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-01-24 środa	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa grochowa z boczkiem 350ml (SEL) Pierogi ruskie 300g (BIA, GLU) Surówka z białej kapusty 120g Banan 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Pomidor b/s 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi ruskie 300g (BIA, GLU) Marchew gotowana 100g Banan 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ) Pomidor 50g sałata liść Ser żółty 25g (BIA)	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi ruskie 300g (BIA, GLU) Surówka z białej kapusty 120g Kiwi 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g Ogórek zielony 50g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
2024-01-24 środa	Niskotłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pasta z białek 100g sałata liść Dżem 50g	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi leniwe 300g (BIA, GLU) Marchew gotowana 100g Mus jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść	Kaszka manna z owocami 200ml (GLU)
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pasta z jaj 100g (BIA, JAJ)	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Gzik czysty (bez szczypiorku) 150g (BIA) Ziemniaki 200g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	1 903,86	78,90	67,01	17,68	255,30	68,98	6,62
Lekkostrawna P	1 921,23	72,71	63,53	12,89	263,84	77,12	5,15
Cukrzyca P	1 608,88	65,56	67,20	19,25	209,87	52,95	7,28
Niskotłuszczowa P	1 912,05	80,25	60,70	11,96	243,28	71,34	5,98
Papkowata P	1 938,15	74,40	66,10	13,89	241,93	76,26	6,01