

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-01-25 czwartek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 40g (BIA) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Papryka konserwowa 50g (GOR) Szynka drobiow a 25g (SOJ) sałata liść	Zupa ogórkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z pora 120g (BIA) Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Mandarynka		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salceson 50g Pomidor 50g	Budyń z sokiem malinowy m 200ml (BIA)

2024-01-25 czwartek	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 40g (BIA) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Szynka drobiow a 25g (SOJ) sałata liść	Krem z białych warzyw z grzankami 350ml (SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Marchew gotowana 100g Mandarynka		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiow a 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Budyń z sokiem malinowy m 200ml (BIA)
---------------------	----------------	--	--	--	---	--

2024-01-25 czwartek	CukrzycaP	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 40g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) sałata liść Szynka drobiow a 25g (SOJ)	Krem z białych warzyw z grzankami 350ml (SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Surówka z pora 120g (BIA) Ziemniaki 200g Mandarynka		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiow a 50g (SOJ) Pomidor 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Ser biały 25g (BIA)
---------------------	-----------	---	--	--	---	--

2024-01-25 czwartek	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Szynka drobiow a 25g (SOJ) sałata liść	Krem z białych warzyw z grzankami 350ml (SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Marchew gotowana 100g Ziemniaki 200g Mus bananowy 1 szt.	Herbatniki 3 szt. (BIA, GLU, JAJ)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiow a 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Budyń z sokiem malinowy m 200ml (BIA)
---------------------	--------------------	--	---	--	--	--

2024-01-25 czwartek	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 40g (BIA) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)	Krem z białych warzyw z grzankami 350ml (SEL) Pieczeń rzymska parowana (bez tłuszczu) 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 50g (BIA, GLU, SEL) Marchew gotowana 100g Ziemniaki 200g		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiow a 50g (SOJ)	
---------------------	-------------	--	--	--	---	--

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 289,05	93,16	87,67	12,68	260,48	81,10	6,77
Lekkostrawna P	2 067,68	87,69	62,89	13,23	252,32	78,89	5,73
CukrzycaP	1 926,65	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
Papkowata P	2 007,63	86,68	60,51	14,66	230,39	71,56	6,11