

		Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II Kolacja	
2024-02-28 środa	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Papryka konserwowa 50g (GOR)	Żurek 350 ml (GLU, SEL) Ryż 200g Jabłko prażone z cynamonem 100g (na ciepło) (BIA) Twarożek 70g (BIA) Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50g	Budyń z sokiem malinowym 200ml (BIA)	
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) sałata liść Ser biały 30g (BIA)	Zupa makaronowa 350ml (BIA, SEL) Ryż 200g Jabłko prażone z cynamonem 100g (na ciepło) (BIA) Twarożek 70g (BIA) Gruszka pieczona 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) sałata liść	Budyń z sokiem malinowym 200ml (BIA)	
	C	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) sałata liść Ser żółty 25g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR)	Zupa makaronowa 350ml (BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki 200g Surówka z tartej marchwi 120g Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Pomidor 30g	
2024-02-28 środa	Niskotłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) sałata liść Ser biały 30g (BIA)	Zupa makaronowa 350ml (BIA, SEL) Ryż 200g Jabłko prażone z cynamonem 100g (na ciepło) (BIA) Twarożek 70g (BIA) Mus jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) sałata liść Szynka drobiowa 50g (SOJ)	Budyń z sokiem malinowym 200ml (BIA)	
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)	Zupa makaronowa 350ml (BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ)		
Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 649,19	118,22	95,10	13,21	378,09	87,68	7,22
Lekkostrawna P	2 057,26	91,30	74,22	16,44	289,10	72,59	6,13
Cukrzyca P	1 776,95	88,89	87,34	12,22	191,45	61,29	6,89
Niskotłuszczowa P	2 195,68	92,08	72,12	12,18	261,20	78,64	7,01
Papkowata P	2 074,18	96,10	76,67	12,34	278,45	73,37	7,85

Alergeny legenda:

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

JAJ - Jaja kurze, 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 LUB - Łubin i produkty pochodne