

		Śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II Kolacja
2024-02-19	O	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść Jajko gotowane 1/2 szt. (JAJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Wątróbka duszona z jabłkiem i cebulką 100/50g Ziemniaki 200g Kapusta kiszona gotowana 100g Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Kisiel 200ml
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (bezoliwy) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.		Herbata 300ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) sałata liść	Kisiel 200ml
2024-02-19	Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g sałata liść Jajko gotowane 1/2 szt. (JAJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (bezoliwy) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Sałatka z kwaszonego ogórka 120g Jabłko 1 szt.		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 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) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (bezoliwy) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.	Jogurt owocowy 150g (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA) sałata liść	Kisiel 200ml
	Papka	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (bezoliwy) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały 50g (BIA)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	1 972,21	87,80	69,76	16,38	221,97	73,58	7,48
Lekkostrawna P	2 022,12	87,59	68,76	15,29	220,82	72,49	6,22
Cukrzyca P	2 155,18	77,02	72,51	17,94	175,40	52,95	7,59
Nisko tłuszczowa P	2 003,39	87,39	64,58	13,53	221,87	73,42	7,01
Papkowa P	1 989,79	81,36	62,42	12,49	200,72	64,84	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