

| | | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | II Kolacja |
|-------------------|-------------------|---|---|------------------------|--|--|
| 2024-02-02 piątek | Ogólna P | Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Papryka 50g Zupa mleczna z pł. gryczany mi 250ml (BIA) sałata liść | Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka | | Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salatka makaronowa 100g (BIA, GLU, JAJ, GOR) sałata liść | Kaszka manna z owocami 200ml (GLU) |
| | Lekkostrawna P | Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczany mi 250ml (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść | Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka | | Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) sałata liść | Kaszka manna z owocami 200ml (GLU) |
| | Cukrzyca P | Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Papryka 50g sałata liść | Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka | | Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Salatka makaronowa 100g (BIA, GLU, JAJ, GOR) sałata liść | Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Szyńka drobiowa 25g (SOJ) |
| 2024-02-02 piątek | Niskotłuszczowa P | Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczany mi 250ml (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść | Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierogi leniwe 300g (BIA, GLU) Marchew gotowana 100g Mus bananowy 1 szt. | Jabłko pieczone 1 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) Twarożek z ziołami 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczany mi 250ml (BIA) | Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) | | Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szyńka 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 | 2 567,12 | 130,71 | 101,30 | 14,38 | 315,09 | 84,68 | 6,38 |
| Lekkostrawna P | 2 102,20 | 89,30 | 73,15 | 12,94 | 265,50 | 73,59 | 5,82 |
| Cukrzyca P | 1 814,91 | 74,89 | 86,90 | 15,43 | 189,39 | 58,29 | 6,94 |
| Niskotłuszczowa P | 2 304,45 | 100,08 | 71,33 | 11,23 | 257,00 | 76,64 | 5,78 |
| Papkowata P | 2 078,20 | 90,99 | 75,73 | 15,29 | 243,59 | 71,37 | 6,28 |

Alergeny legenda:

BIA - Białko mleka krowiego, GLU - Gluten oraz zboża i produkty zawierające gluten
 JAJ - Jaja kurcze, ORZ - Orzechy arachidowe, orzechy włoskie, laskowe, pistacje, migdały, brazylijskie, makadama, 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