

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-01-22 poniedziałek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajecznica 70g (BIA, JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Szynka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Żurek 350 ml (GLU, SEL) Makaron z sosem śmietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g (BIA, GLU, JAJ) Gruszka 1 szt.		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU) Pomidor 50g	Kisiel 200ml
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść Szynka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makaron z sosem śmietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g (BIA, GLU, JAJ) Gruszka pieczona 1 szt.		Herbata 300ml Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g	Kisiel 200ml
	Cukrzyca P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Szynka drobiowa 25g (SOJ) sałata liść	Żurek 350 ml (GLU, SEL) Makaron z sosem śmietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g (BIA, GLU, JAJ) Gruszka 1 szt. Surówka z tartej marchwi 120g		Herbata 300ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU) Pomidor 50g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Szynka drobiowa 25g (SOJ) Kisiel 200ml
	Niskotłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) sałata liść Szynka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makaron w sosie jogurtowo-szpinakowym 300g (GLU, JAJ) Mus bananowy 1 szt.	Wafle ryżowe 2 szt.	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g	Kisiel 200ml
	Papkowata P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA)	Zupa z ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makaron z sosem śmietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g (BIA, GLU, JAJ)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU)	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 103,73	99,32	82,45	16,68	271,48	81,10	6,33
Lekkostrawna P	2 023,23	94,78	73,91	13,23	252,32	78,89	5,73
Cukrzyca P	1 999,43	87,43	87,75	17,24	228,14	53,35	6,78
Niskotłuszczowa P	2 126,43	107,39	62,59	13,91	236,06	67,93	5,89
Papkowata P	2 053,93	96,47	76,48	14,66	230,39	71,56	6,32