

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-03-29 piątek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Pomidor 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 350ml (JAJ, SEL) Paluszki rybne 3 szt.(RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Fasolka szparagowa gotowana 100g Kompot 250ml Jabłko 1 szt. Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 200ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Galart warzywny 100g (SEL) sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)
	Lekkostrawna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Pomidor b/s 50g Dżem 50g sałata liść	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 350ml (JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Kompot 250ml Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.		Herbata 200ml Chleb mieszany 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Galart warzywny 100g (SEL) sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)
	CukrzycaP	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 350ml (JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Jabłko 1 szt.		Herbata 200ml Chleb razowy 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Galart warzywny 100g (SEL) sałata liść	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 5g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)
2024-03-29 piątek	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Twarożek 50g (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść Dżem 50g	Zupa ryżowa 350ml (BIA, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Kompot 250ml Marchew gotowana 100g Sos koperkowy 50g(GLU, SEL) Jabłko pieczone 1 szt.	Budyń z owocami 200g (BIA)	Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g sałata liść	Jogurt owocowy 150g (BIA)
	Papkováta P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek 50g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)	Zupa szczawiowa z lanymi kluseczkami 350ml (JAJ, SEL) Klopsik rybny 100g (GLU, JAJ, RYB) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Fasolka szparagowa gotowana 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta z białek 100g	

Nazwa	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	Węglowodany ogółem [g]	Węglowodany proste [g]	Sól [g]
Ogólna P	2 435,89	106,61	86,01	16,79	248,01	53,10	8,61
Lekkostrawna P	2 222,67	107,37	88,71	9,22	241,02	54,90	9,34
CukrzycaP	2 167,05	100,22	92,19	15,83	244,21	37,60	8,16
Nisko tłuszczowa P	2 152,91	100,56	64,80	8,71	241,43	55,20	8,02
Papkováta P	2 103,83	105,60	87,33	10,82	221,16	56,80	7,67

**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, 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 ŁUB - łubin i produkty pochodne