

		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II Kolacja
2024-02-23 piątek	Ogólna P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA)	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt.(JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos musztardowy 50g(BIA, 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) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL) Mandarynka		Herbata 300ml Chleb pszenno- żytni 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka 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) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR) sałata liść	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 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) Szynka drobiowa 25g (SOJ)
	Nisko tłuszczowa P	Kawa zboż. z mlekiem 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Pomidor b/s 50g sałata liść	Zupa 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) Szynka 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) Pasta twarogowa pomidorowa 60g (BIA) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA)	Zupa pieczarkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Mix warzyw gotowanych 100g Sos koperkowy 50g (GLU, SEL)		Herbata 300ml Chleb pszenny 130g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka 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	2 202,45	95,16	67,31	15,68	305,34	81,10	7,07
Lekkostrawna P	2 155,89	93,81	67,31	14,23	304,05	78,89	4,73
Cukrzyca P	2 120,23	89,80	64,44	17,24	195,66	53,35	6,78
Nisko tłuszczowa P	2 145,67	96,33	64,58	15,91	292,44	67,93	5,89
Papkowata P	2 167,05	96,98	66,94	14,66	291,10	71,56	6,56

**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 ŁUB - Łubin i produkty pochodne