

Jadłospis 01.04-10.04.2024

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 1.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, gorczyca, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, gorczyca, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, gorczyca, seler
	Obiad	Zupa ryżowa 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ryżowa 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ryżowa 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, sałatka makaronowa z jajkiem i wędliną 150g. Alergeny: gluten, jajko, mleko, siarczyny, gorczyca	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka makaronowa z jajkiem i wędliną 150g. Alergeny: gluten, jajko, mleko, siarczyny, gorczyca	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka makaronowa z jajkiem i wędliną 150g. Alergeny: gluten, jajko, mleko, siarczyny, gorczyca
	Posilek nocny	Chrupki 50g	Chrupki 50g	Chrupki 50g
Wartość odżywcza:		E: 2137kcal, B: 88g, T: 73gw tym NKT23g, W: 294g w tym cukry 7g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2089kcal, B: 93g, T: 74gw tym NKT23g, W: 277g w tym cukry 7g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2009kcal, B: 93g, T: 74gw tym NKT 23g, W: 257g w tym cukry 7g, błonnik: 33g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 2.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser mozzarella 100g, sałatka z ogórka św, pomidora i papryki z olejem 70g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa grochowa z boczkiem 400ml, chleb 50g, lazanki z kapustą i serem białym 300g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Zupa solferino z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, jogurt owocowy 1szt, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko, siarczyny	Zupa solferino z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, jogurt owocowy 1szt, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, gluten, jajko, mleko, siarczyny
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa toruńska 100g, musztarda 30g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa toruńska 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa toruńska 100g, keczup 30g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny
	Posilek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g
Wartość odżywcza:		E: 2409kcal, B: 94g, T: 72g w tym NKT28g, W358g w tym cukry16g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2319kcal, B: 90g, T: 69g w tym NKT28g, W: 346g w tym cukry17g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2087kcal, B: 99g, T: 67g w tym NKT27g, W: 283g w tym cukry18g, błonnik: 26g, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 3.04.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św., szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, kakao, jajko,	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św., szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, kakao, jajko	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, papryką św., szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, kakao, jajko
	Obiad	Krupnik na rosole 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Krupnik na rosole 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Krupnik na rosole 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, kiszka z cebulą 180g, sałatka z ogórka kiszzonego 120g. Alergeny: gluten, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, potrawka wieprzowa z fasolką szparagową 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, potrawka wieprzowa z fasolką szparagową 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2532 kcal, B: 99g, T: 122gw tym NKT45g, W: 274g w tym cukry 8g, błonnik: 33g, sól: 9g	E: 2144kcal, B: 94g, T: 68gw tym NKT24g, W: 304g w tym cukry 8g, błonnik: 36g, sól: 4g	E: 2072kcal, B: 94g, T: 68gw tym NKT25g, W: 286g w tym cukry 8g, błonnik: 36g, sól: 4g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 4.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Obiad	Zupa pomidorowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wp 150g, kasza jęczmienna 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, laktoza, siarczyny	Zupa pomidorowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wp 150g, kasza jęczmienna 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, laktoza, siarczyny	Zupa pomidorowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, gulasz wp 150g, kasza jęczmienna 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, laktoza, siarczyny
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera feta i jajka z pomidorem 120g, makaron na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera feta i jajka z pomidorem 120g, makaron na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera feta i jajka z pomidorem 120g, makaron na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2196kcal, B: 88g, T: 76g w tym NKT28g, W: 300g w tym cukry 33g, błonnik: 26g, sól: 6g	E: 2152kcal, B: 92g, T: 77g w tym NKT28g, W: 285g w tym cukry 33g, błonnik: 30g, sól: 6g	E: 2083kcal, B: 93g, T: 77g w tym NKT28g, W: 268g w tym cukry 21g, błonnik: 33g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 5.04.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek kisz.60g, Alergeny: gluten, mleko, ryby	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek kisz.60g, Alergeny: gluten, mleko, ryby	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek kisz.60g, Alergeny: gluten, mleko, ryby
	Obiad	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, sznycel z ryby 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, klopsiki rybne 80g, sos szpinakowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, klopsiki rybne 80g, sos szpinakowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajka, ryba
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g, ze śmietaną i ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g, ze śmietaną i ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g, ze śmietaną i ziel. pietruszką, zupa ryżowa 400ml. Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Jablko pieczone 150g.	Jablko pieczone 150g.	Jablko pieczone 150g.
Wartość odżywcza:		E: 2222kcal, B: 88g, T: 69g w tym NKT27g, W324g w tym cukry 17g, błonnik: 30g, sól: 5g	E: 2192kcal, B: 94g, T: 70g w tym NKT28g, W: 310g w tym cukry 17g, błonnik: 36g, sól: 5g	E: 2040kcal, B: 96g, T: 67g w tym NKT26g, W: 278g w tym cukry 17g, błonnik: 38g5, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 6.04.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, jajko 1szt, dżem 50g, mandarynki 2szt. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajko 1szt, dżem 50g, mandarynki 2szt. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajko 1szt, ser biały 50g, mandarynki 2szt. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, klopsiki 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabelany 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabelany 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówka 1szt, krupnik zabelany 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posiłek nocny	Serek ziarnisty 200g.	Serek ziarnisty 200g.	Serek ziarnisty 200g.
Wartość odżywcza:		E: 2336kcal, B: 95g, T: 92g w tym NKT38g, W294g w tym cukry11g, błonnik: 28g, sól: 6g	E: 2292kcal, B: 99g, T: 93g w tym NKT38g, W279g w tym cukry10g, błonnik: 33g, sól: 6g	E: 2188kcal, B: 107g, T: 94g w tym NKT39g, W: 242g w tym cukry5g, błonnik: 32g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 7.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pieczarkowa z makaronem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 150g Alergeny: gluten, jajko, mleko, seler, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 150g Alergeny: gluten, jajko, mleko, seler, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, salátka jarzynowa 150g Alergeny: gluten, jajko, mleko, seler, gorczyca, siarczyny
	Posiłek nocny	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g
Wartość odżywcza:		E: 2119 kcal, B: 91g, T: 75gw tym NKT29g, W: 283g w tym cukry 7g, błonnik: 29g, sól: 8g	E: 2115 kcal, B: 98g, T: 77gw tym NKT30g, W: 272g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 8g	E: 2073kcal, B: 100g, T: 78gw tym NKT30g, W: 258g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 8.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet drwała 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drwała 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drwała 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, gorczyca, fasola	Zupa góralska z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, gorczyca,	Zupa góralska 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, gorczyca,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła 120g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posiłek nocny	Kisiel 200g.	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2318kcal, B: 77g, T: 96g w tym NKT33g, W: 299g w tym cukry 14g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2274kcal, B: 81g, T: 96g w tym NKT33g, W: 284g w tym cukry 13g, błonnik: 31g, sól: 7g	E: 2194kcal, B: 81g, T: 96g w tym NKT33g, W: 264g w tym cukry 13g, błonnik: 33g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 9.04.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana 400ml. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2151 kcal, B: 92g, T: 76gw tym NKT30g, W: 290g w tym cukry 18g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2151 kcal, B: 92g, T: 76gw tym NKT30g, W: 290g w tym cukry 18g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2071 kcal, B: 92g, T: 76gw tym NKT30g, W: 270g w tym cukry 18g, błonnik: 35g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 10.04.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, ogórkiem św. i ziel. pietruszką, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, ogórkiem św. i ziel. pietruszką, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną, ogórkiem św. i ziel. pietruszką, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa flakowa 400ml, chleb 50g, risotto 250g, sos pieczarkowy 100g, sałata z sosem winegret 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, gorczyca	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, risotto 250g, sos pieczarkowy 100g, sałata z sosem winegret 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, gorczyca	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, risotto 250g, sos pieczarkowy 100g, sałata z sosem winegret 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, gorczyca
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztetowa 100g, sałatka z marchwi i selera marynowanego 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztetowa 100g, sałatka z marchwi i selera marynowanego 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztetowa 100g, sałatka z marchwi i selera marynowanego 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, seler, gorczyca
	Posilek nocny	Mandarynki 2szt.	Mandarynki 2szt.	Mandarynki 2szt.
Wartość odżywcza:		E: 2391kcal, B: 95g, T: 100g w tym NKT36g, W291g w tym cukry9g, błonnik: 31g, sól: 5g	E: 2347kcal, B: 100g, T: 101g w tym NKT37g, W: 276g w tym cukry9g, błonnik: 35g, sól: 5g	E: 2267kcal, B: 100g, T: 101g w tym NKT37g, W: 256g w tym cukry9g, błonnik: 35g, sól: 5g