

Poniedziałek 20.11.2023 r

	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml	Kasza kuskus na mleku 300ml
	Szynka drobiowa 50g, pomidor dżem 25g	Szynka drobiowa 50g, pomidor dżem 25 g	Szynka drobiowa 50g, pomidor dżem 25g	Szynka drobiowa 50g, pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt z owocami 100ml	Jogurt naturalny z owocami 100ml	Jogurt naturalny z owocami 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
	Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II ŚNIADANIE				Jogurt z brzoskwinia 100ml (mleko)
OBIAD	zupa grochowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml	Zupa ryżowa 350ml
	Karkówka pieczona 100 g ,sos pieczeniowy	Pulpet 100 g sos pietruszkowy	Pulpet 100 g sos pietruszkowy	Pulpet 100 g sos pietruszkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
	Surówka z kiszanej kapusty 150g	Buraki z jabłkiem 150g	Buraki z jabłkiem 150g	Buraki z jabłkiem 150g
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Budyń mleczny 6 posiłków
KOLACJA	Polędwica sopocka 50g papryka konserwowa sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią sok wieloowocowy 200 ml	Polędwica sopocka 50g kapusta pekińska z zielenią sok wieloowocowy 200 ml
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni b/ziaren 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja	gluten,mleko gorczyca,seler,soja
II KOLACJA				Kanapka z mozzarellą i ogórkiem(gluten,mleko) 1szt
Wartość odżywcza	Energia 2401kcal tłuszcz 84g kw.tl.nasyc.33g białko 80g cukry 34g węglowodany 290g sól 2,6g	Energia 2201kcal tłuszcz 80g kw.tl.nasyc.31g białko 78g cukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g	Energia 2201kcal tłuszcz 80g kw.tl.nasyc.31g białko 78g cukry 32g węglowodany 276g sól 2,3g	Energia 1871kcal tłuszcz 58g kw.tl.nasyc.27g białko 70g cukry 24g węglowodany 265g sól 1,9g

Wtorek 21.11.2023 r

Wtorek 21.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml	Płatki owsiane na mleku 300ml
	Ser topiony 1szt wędlina 40g, sałata lodowa	Ser topiony 1szt wędlina 40g sałata lodowa	Wędlina 50g sałata lodowa lodowa	Wędlina 50g sałata lodowa
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Sok owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler
II ŚNIADANIE				Salatka owocowa 150g (banan, brzoskwinia, ananas)
OBIAD	Zupa żurek 350ml	Zupa ziemniaczana 350ml	Zupa ziemniaczana 350ml	Zupa ziemniaczana 350ml
	Pieczeń rzymska 100 g sos pieczarkowy kasza jęczmienna 100 g	Pieczeń rzymska 100 g sos pomidorowy kasza jęczmienna 100 g	Pieczeń rzymska 100 g sos kasza jęczmienna 100 g	Pieczeń rzymska 100 g sos kasza jęczmienna 100 g
	Salatka szwedzka 150g	Brokuł z bułką i masłem 150g	Brokuł z masłem i bułką 150g	Brokuł z bułką i masłem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja	gluten, mleko gorczyca, seler, jaja
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem
KOLACJA	Wędlina 50g ogórek kiszony	Wędlina 50g ogórek kiszony	Wędlina 50g ogórek kiszony	Wędlina 40g ogórek kiszony
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni b/ziaren 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c banan 100g	Masło 10g Herbata z/c banan 100 g	Masło 10g Herbata z/c banan 100g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler	gluten, mleko gorczyca, seler
II KOLACJA				Feta z pomidorem i szczypiorem 120g (mleko)
Wartość odżywcza	Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc. 9g białko 87g cukry 39g węglowodany 298g sól 2,1g	Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.tł.nasyc. 35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 2150 kcal tłuszcz 80g kw.tł.nasyc. 35g białko 86g cukry 44g węglowodany 280g sól 2,1g	Energia 1680 kcal tłuszcz 63g kw.tł.nasyc. 29g białko 79g cukry 33g węglowodany 251g sól 2,0g

środa 22.11.2023 r

środa 22.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml	makaron na mleku 300ml
	Ser żółty 50g,miód słupki papryki i ogórka zielonego	Ser żółty 50g,miód 25g słupki papryki i ogórka zielonego	Szynka drobiowa 50g sałata lodowa	Szynka drobiowa 50g słupki papryki i ogórka zielonego
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler,soja</i>
II ŚNIADANIE			Jogurt naturalny 100ml (mleko)chrupki	
OBIAD	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml	Krupnik zabielały 350ml
	Naleśniki z twarogiem 2 szt	Naleśniki z twarogiem 2szt	Naleśniki z twarogiem 2szt	Naleśniki z twarogiem 2 szt
	Jogurt z owocami 100ml	Jogurt z owocami 100ml	Jogurt z owocami 100ml	
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,seler</i>
PODWIECZOREK			Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g i słonecznikiem	
KOLACJA	Sałatka z ryżu i tuńczyka 180g(jaja,groszek,kukurydza,tuńczyk ,ryż)	Sałatka z ryżu i tuńczyka 180g(jaja,groszek,kukurydza,tuńczyk ,ryż)	Tuńczyk z puszki 40g,kapusta pekińska z zieleniną	Sałatka z ryżu i tuńczyka 180g(jaja,groszek,kukurydza,tuńczyk ,ryż)
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	<i>gluten,mleko gorczyca,ryba jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,ryba jaja</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,ryba</i>	<i>gluten,mleko gorczyca,ryba jaja</i>
II KOLACJA			Wytrawny rogalik drożdżowy 180g (mleko,gluten,jaja)	
Wartość odżywcza	<i>Energia 2358 kcal tłuszcz 87g kw.ł.nasyc.39g białko 79g cukry 48g węglowodany 301g sól 2,3g</i>	<i>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.38g białko 78g cukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</i>	<i>Energia 2118 kcal tłuszcz 76g kw.ł.nasyc.38g białko 78g cukry 39g węglowodany 278g sól 2,0g</i>	<i>Energia 1708 kcal tłuszcz 59g kw.ł.nasyc.37g białko 79g cukry 39g węglowodany 248g sól 2,1g</i>

czwartek 23.11.2023 r

czwartek 23.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml	Kasza kukurydziana na mleku 300ml
	parówka 80g ketchup saszetka 1szt ser topiony 17,5g	parówka 80g ketchup saszetka 1szt ser topiony 17,5 g	parówka 160g ketchup saszetka 1szt	parówka 160g (2 szt) ketchup saszetka 1szt
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Sok jabłkowy 200ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml	Sok jabłkowy 200 ml
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				jabłko pieczone z cynamonem 80g
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 350ml	Pomidorowa z makaronem 350ml	Pomidorowa z makaronem 350ml	Pomidorowa z makaronem 350ml
	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy	Rolada drobiowa 120g,sos potrawkowy
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g	Marchewka z groszkiem 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Mus owocowy 6 posiłków
KOLACJA	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g pomidor 50g	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g pomidor 50g	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g pomidor 50g	Szynka wędzona 40g ser żółty 30g pomidor 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g galaretką owocowa 150g
	Masło 10g Herbata z/c galaretką owocowa 150g	Masło 10g Herbata z/c galaretką owocowa 150g	Masło 10g Herbata z/c galaretką owocowa 150g	Masło 10g Herbata b/c
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler		
II KOLACJA				Kanapka z jajkiem i sałatą 1szt (gluten,mleko,jaja)
Wartość odżywcza	Energia 2378 kcal tłuszcz 79g kw.tł.nasyc.39g białko 79g cukry 40g węglowodany 287g sól 2,3g	Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.tł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g	Energia 2128 kcal tłuszcz 75g kw.tł.nasyc.34g białko 70gcukry 36g węglowodany 258g sól 2,2g	Energia 1738 kcal tłuszcz 59g kw.tł.nasyc.30g białko 70gcukry 42g węglowodany 255g sól 2,0g

Piątek 24.11.2023 r

Piątek 24.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml	Płatki jęczmienne na mleku 300ml
	Twaróg ze szczypiorkiem 50g dżem 25g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50g dżem 25g zielony ogórek	Twaróg 50g dżem 25g zielony ogórek	Twaróg ze szczypiorkiem 50g zielony ogórek
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Sok warzywny 300ml
OBIAD	Kapuśniak z kiszonej kapusty 350ml	Koperkowa 350ml	Koperkowa 350ml	Koperkowa 350ml
	Ryba 100 g w sosie greckim 200 g	Ryba 100 gw sosie greckim 200 g	Ryba 100 gw sosie greckim 200 g	Ryba 100g w sosie greckim 200 g
	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 200 g	Ziemniaki gotowane 180g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem 6 posiłków
KOLACJA	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i kukurydzą i szynką 150 g jogurt z owocami 100 ml	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i kukurydzą i szynką 150 g	Wędlina 60g sałata z pomidorem 100g	Salatka ziemniaczana z zielonym groszkiem i i szynką kukurydzą 150 g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata z/c Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata z/c Jogurt naturalny 100ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z wędliną i sałata 1szt(mleko,gluten,gorczyca,seler)
Wartość odżywcza	<i>Energia 2310 kcal tłuszcz 89g kw.tł.nasyc.41g białko 86g cukry 46g węglowodany 298g sól 2,3g</i>	<i>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</i>	<i>Energia 2005 kcal tłuszcz 76g kw.tł.nasyc.33g białko 79gcukry 40g węglowodany 285g sól 2,2g</i>	<i>Energia 1577 kcal tłuszcz 69g kw.tł.nasyc.30g białko 78gcukry 38g węglowodany 251g sól 2,1g</i>

sobota 25.11.2023 r

sobota 25.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml	Płatki ryżowe na mleku 300ml
	Pasta z jaja 50g	Pasta z jaja 50g	Szynka mielona 50g	Pasta z jaja 50g
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	Jogurt owocowy 150ml	Jogurt owocowy 150ml	Jogurt owocowy 100ml	
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa b/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml(mleko)
OBIAD	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml	Zupa zacierkowa 350ml
	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g	Kurczak gotowany 150g
	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g	Ziemniaki gotowane 200g
	Fasolka z masłem i bułką 150 g	Fasolka z masłem i bułką 150 g	Fasolka z masłem i bułką 150 g	Fasolka z masłem i bułką 150 g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
PODWIECZOREK				Sok pomidorowy ziołowy 300ml
KOLACJA	Mielonka 50g pomidor	mielonka 50g pomidor	Mielonka 50g pomidor	Mielonka 50g pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata b/c 250ml
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kanapka z sałatą i mozzarellą 1szt(mleko,gluten)
Wartość odżywcza	Energia 2233 kcal tłuszcz 80g kw.ł.nasyc.35g białko 80g cukry 44g węglowodany 268g sól 2,0g	Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g	Energia 2000 kcal tłuszcz 78g kw.ł.nasyc.32g białko 80gcukry 42g węglowodany 270g sól 1,8g	Energia 1630 kcal tłuszcz 70g kw.ł.nasyc.28g białko 72gcukry 37g węglowodany 240g sól 1,8g

niedziela 26.11.2023 r

niedziela 26.11.2023 r				
ŚNIADANIE	Dieta ogólna	Dieta łatwostrawna	Dieta wątrobowa	Dieta cukrzycowa
	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml	Kasza jaglana na mleku 300ml
	Paszтетowa 50g ,ser żółty 30g pomidor	Paszтетowa 50g ,ser żółty 30g pomidor	wędlina 60g ,pomidor	Wędlina 50g pomidor
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g
	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g	Masło 10g
	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml	kawa zbożowa z/c 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja
II ŚNIADANIE				Jogurt naturalny 100 ml (mleko) chrupki
OBIAD	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml	Zupa jarzynowa 350ml
	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy	Schab duszony 100g sos potrawkowy
	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g	Kasza jęczmienna 100g
	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g	Buraki zasmażane 150g
	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml	Kompot owocowy 250ml
Alergeny	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba	gluten,mleko gorczyca,seler,jaja,ryba
PODWIECZOREK				Kisiel z jabłkiem
KOLACJA	Wędlina 50g sałata lodowa	wędlina 50g ,sałata lodowa	Wędlina 50g sałata lodowa	wędlina 50g sałata lodowa
	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 40g	Chleb baltonowski 50g chleb razowy żytni 60g	chleb razowy żytni 60g
	Masło 10gHerbata z/c 250ml	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata z/c	Masło 10g Herbata b/c 250ml
Alergeny:	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler	gluten,mleko gorczyca,seler
II KOLACJA				Kalafior z majonezem i szynką 150g (jaja,gorczyca i seler)
Wartość odżywcza	Energia 2313 kcal tłuszcz 81g kw.ł.nasyc.40g białko 85g cukry 45g węglowodany 298g sól 2,0g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 2156 kcal tłuszcz 79g kw.ł.nasyc.38g białko 84gcukry 43g węglowodany 280g sól 1,9g	Energia 1670 kcal tłuszcz 50g kw.ł.nasyc.31g białko 72gcukry 40g węglowodany 240g sól 1,9g

