

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna	
I	SNIAĐANIE	1	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jaglana na mleku 300ml *mleko/
		2	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/
		3	Jabłko 100g	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/
		4	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Jabłko 100g	100g	Jabłko 100g	100g	Jabłko 100g	100g	Jabłko 100g
		5	Dżem wiśniowy 60g	50g	Dżem wiśniowy 60g	50g	Dżem wiśniowy 60g	50g	Dżem wiśniowy 60g	50g	Dżem wiśniowy 60g
		6	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		7									
		8									
		9									
		10									
II		1									
		2									
		3									
I	OBIAD	1	Makaron ze szpinakiem 300g *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Makaron ze szpinakiem 300g *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Makaron ze szpinakiem 300g *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Makaron ze szpinakiem 300g *gluten/*jaja/*mleko/	300g	Makaron ze szpinakiem 300g *gluten/*jaja/*mleko/
		2	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/
		3	Zupa buraczkowa 300ml *seler/	300g	Zupa buraczkowa 300ml *seler/	300g	Zupa buraczkowa 300ml *seler/	300g	Zupa buraczkowa 300ml *seler/	300g	Zupa buraczkowa 300ml *seler/
		4									
		5									
		6									
		7									
		8									
		9									
		10									
Podwiec zorek		1									
		2									
		3									
I	KOLACJA	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/
		2	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/
		3	Twarożek z natką 70g *mleko/	70g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Twarożek z natką 70g *mleko/	70g	Salata 5g
		4	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Twarożek z natką 70g *mleko/	70g	Twarożek z natką 70g *mleko/	70g	Herbata 250ml	250g	Twarożek z natką 70g *mleko/
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g			Herbata 250ml
		6									
		7									
		8									
		9									
		10									
II		1									
		2									
		3									
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ											
kcal	wartość energetyczna	2096,3	wartość energetyczna	2166,3	wartość energetyczna	2166,3	wartość energetyczna	2165,6	wartość energetyczna	2166,3	wartość energetyczna
g	białko ogółem	92,983	białko ogółem	93,383	białko ogółem	93,383	białko ogółem	93,313	białko ogółem	93,383	białko ogółem
g	węglowodany ogółem	323	węglowodany ogółem	333,22	węglowodany ogółem	333,22	węglowodany ogółem	333,07	węglowodany ogółem	333,22	węglowodany ogółem
g	w tym: cukry	42,871	w tym: cukry	42,471	w tym: cukry	42,471	w tym: cukry	42,466	w tym: cukry	42,471	w tym: cukry
g	tłuszcze ogółem	60,107	tłuszcze ogółem	59,307	tłuszcze ogółem	59,307	tłuszcze ogółem	59,297	tłuszcze ogółem	59,307	tłuszcze ogółem
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,504	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	22,104	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	22,104	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	22,034	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	22,104	w tym: nasycone kw. tłuszczowe
g	błonnik	2724	błonnik	2592	błonnik	2592	błonnik	2592	błonnik	2592	błonnik
g	sód	3239	sód	1658	sód	2164,6	sód	1964	sód	2146,2	sód

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.