

DIETA		Bogatoreszkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
ŚNIADANIE	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		5	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g
		6	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g
		7	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g
		8										
		9										
		10										
OBIAD	I	1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g
		2	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g	Zupa jarzynowa 300ml *mleko/	300g
		3	Makaron po włosku 300g *gluten/*jaja/*seler/	300g	Makaron po włosku 300g *gluten/*jaja/*seler/	300g	Makaron po włosku 300g *gluten/*jaja/*seler/	300g	Makaron po włosku 300g *gluten/*jaja/*seler/	300g	Makaron po włosku 300g *gluten/*jaja/*seler/	300g
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
Podwieczorek	I	1										
		2										
		3										
Kolacja	I	1	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		3	Masło 10g *mleko/	10g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		4	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g	30g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 40g	30g
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Ogórek konserwowy 100g	40g	Herbata 250ml	250g
		6	Paszтет pieczony 100g *jaja/*seler/	0g	Paszтет pieczony 100g *jaja/*seler/	0g	Paszтет pieczony 100g *jaja/*seler/	0g	Paszтет pieczony 100g *jaja/*seler/	0g	Paszтет pieczony 100g *jaja/*seler/	0g
		7										
		8										
		9										
		10										
II	I	1										
		2										
		3										
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ												
kcal	wartość energetyczna	2472	wartość energetyczna	2542	wartość energetyczna	2542	wartość energetyczna	2560	wartość energetyczna	2542		
g	białko ogółem	116,83	białko ogółem	117,23	białko ogółem	117,23	białko ogółem	117,17	białko ogółem	117,23		
g	węglowodany ogółem	312,17	węglowodany ogółem	322,37	węglowodany ogółem	322,37	węglowodany ogółem	326,53	węglowodany ogółem	322,37		
g	w tym: cukry	30,719	w tym: cukry	30,319	w tym: cukry	30,319	w tym: cukry	34,679	w tym: cukry	30,319		
g	tłuszcze ogółem	100,53	tłuszcze ogółem	99,732	tłuszcze ogółem	99,732	tłuszcze ogółem	99,752	tłuszcze ogółem	99,732		
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	38,977	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,577	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,577	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,297	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,577		
g	błonnik	6955	błonnik	6823	błonnik	6823	błonnik	7208	błonnik	6823		
g	sód	3239	sód	1658	sód	2164,6	sód	1964	sód	2146,2		

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.