

DIETA		Bogatoreszkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna	
I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
	2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g
	3	Kasza manna na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
	4	Salata 5g	5g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g
	5	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Herbata 250ml	250g
	6	Herbata 250ml	250g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Ogórek 80g	30g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g
	7	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Serek wiejski 200g *mleko/	200g	Serek wiejski 200g *mleko/	200g	Serek wiejski 200g *mleko/	200g	Serek wiejski 200g *mleko/	200g
	8	Serek wiejski 200g *mleko/	200g								
	9										
	10										
II	1										
	2										
	3										
	4										
	5										
	6										
	7										
	8										
	9										
	10										
OBİAD	1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g
	2	Ryba pieczona 100g *jaja/	100g	Ryba pieczona 100g *jaja/	100g	Ryba pieczona 100g *jaja/	100g	Ryż z warzywami 300g *mleko/	300g	Ryba pieczona 100g *jaja/	100g
	3	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Ryba pieczona 100g *jaja/	100g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g
	4	Ryż z warzywami 300g *mleko/	300g	Ryż z warzywami 300g *mleko/	300g	Ryż z warzywami 300g *mleko/	300g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Ryż z warzywami 300g *mleko/	300g
	5	Zupa dyniowa 300ml	300g	Zupa dyniowa 300ml	300g	Zupa dyniowa 300ml	300g	Zupa ogórkowa 300ml *mleko/	300g	Zupa dyniowa 300ml	300g
	6										
	7										
	8										
	9										
	10										
Podwicz zorek	1										
	2										
	3										
Kolejca	1	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
	2	Salata 5g	5g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
	3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
	4	Pasta jajeczna z koperkiem 80g *jaja/*mleko/	80g	Pasta jajeczna z koperkiem 80g *jaja/*mleko/	80g	Pasta jajeczna z koperkiem 80g *jaja/*mleko/	80g	Pasta jajeczna z koperkiem 80g *jaja/*mleko/	80g	Pasta jajeczna z koperkiem 80g *jaja/*mleko/	80g
	5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g
	6	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g
	7										
	8										
	9										
	10										
II	1										
	2										
	3										
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ											
kcal	wartość energetyczna	2470	wartość energetyczna	2292	wartość energetyczna	2292	wartość energetyczna	2412	wartość energetyczna	2292	
g	białko ogółem	115,12	białko ogółem	109,42	białko ogółem	109,42	białko ogółem	104,21	białko ogółem	109,42	
g	węglowodany ogółem	340,47	węglowodany ogółem	294,37	węglowodany ogółem	294,37	węglowodany ogółem	333,49	węglowodany ogółem	294,37	
g	w tym: cukry	22,671	w tym: cukry	20,871	w tym: cukry	20,871	w tym: cukry	21,343	w tym: cukry	20,871	
g	tłuszcze ogółem	85,872	tłuszcze ogółem	83,772	tłuszcze ogółem	83,772	tłuszcze ogółem	83,21	tłuszcze ogółem	83,772	
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	34,151	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	21,551	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	21,551	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	24,376	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	21,551	
g	błonnik	4793	błonnik	4270	błonnik	4270	błonnik	4483	błonnik	4270	
g	sól	3239	sól	1658	sól	2164,6	sól	1964	sól	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: (q) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (qr) - grillowane
W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych.