

DIETA		Bogatoresztkowa		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/
		2	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/
		3	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g
		4	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/
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		6	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/
		7	Pomidor 80g	80g	Kecup 15g *soja/*seler/	10g	Kecup 15g *soja/*seler/	10g	Kecup 15g *soja/*seler/	10g	Kecup 15g *soja/*seler/
		8									
		9									
		10									
OBIAD	II	1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/
		2	Pieczeń rzymska 100g *gluten/*jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *gluten/*jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *gluten/*jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *gluten/*jaja/	100g	Pieczeń rzymska 100g *gluten/*jaja/
		3	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/	70g	Sos 70ml *gluten/*jaja/
		4	Fasolka szparagowa gotowana 100g *mleko/	100g	Fasolka szparagowa gotowana 100g *mleko/	100g	Fasolka szparagowa gotowana 100g *mleko/	100g	Fasolka szparagowa gotowana 100g *mleko/	100g	Fasolka szparagowa gotowana 100g *mleko/
		5	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/
		6	Barszcz biały 300ml	300g	Barszcz biały 300ml	300g	Barszcz biały 300ml	300g	Barszcz biały 300ml	300g	Barszcz biały 300ml
		7									
		8									
		9									
		10									
Podwieczorek		1									
		2									
		3									
KOLACJA	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/
		2	Salata 5g	5g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/
		3	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Salata 5g
		4	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Salata 5g	5g	Szynka wieprzowa 40g *soja/
		5	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g	30g	Pomidor 40g
		6	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml
		7									
		8									
		9									
		10									
KOLACJA	II	1									
		2									
		3									
<b>DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ</b>											
kcal	wartość energetyczna	2389	wartość energetyczna	2755	wartość energetyczna	2755	wartość energetyczna	2755	wartość energetyczna	2755	wartość energetyczna
g	białko ogółem	103,78	białko ogółem	104,51	białko ogółem	104,51	białko ogółem	104,51	białko ogółem	104,51	białko ogółem
g	węglowodany ogółem	339	węglowodany ogółem	349,62	węglowodany ogółem	349,62	węglowodany ogółem	349,62	węglowodany ogółem	349,62	węglowodany ogółem
g	w tym: cukry	28,737	w tym: cukry	30,162	w tym: cukry	30,162	w tym: cukry	30,162	w tym: cukry	30,162	w tym: cukry
g	tłuszcze ogółem	86,061	tłuszcze ogółem	118,12	tłuszcze ogółem	118,12	tłuszcze ogółem	118,12	tłuszcze ogółem	118,12	tłuszcze ogółem
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	41,338	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	32,458	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	32,458	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	32,458	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	32,458	w tym: nasycone kw. tłuszczowe
g	błonnik	4315	błonnik	4846	błonnik	4846	błonnik	4846	błonnik	4846	błonnik
g	sól	3239	sól	1658	sól	2164,6	sól	1964	sól	2146,2	sól

**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. lubin

(\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (n) - 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.