

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
ŚNIADANIE	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	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	
		3	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	
		6	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	
		7	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	
		8										
		9										
		10										
OBIAD	II	1	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	
		2	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	
		3	Potrąwka drobiowa 100g *gluten/*jaja/	100g	Potrąwka drobiowa 100g *gluten/*jaja/	100g	Potrąwka drobiowa 100g *gluten/*jaja/	100g	Potrąwka drobiowa 100g *gluten/*jaja/	100g	Potrąwka drobiowa 100g *gluten/*jaja/	
		4	Zupa z soczewicy 300ml *jaja/*mleko/	300g	Zupa z soczewicy 300ml *jaja/*mleko/	300g	Zupa z soczewicy 300ml *jaja/*mleko/	300g	Zupa z soczewicy 300ml *jaja/*mleko/	300g	Zupa z soczewicy 300ml *jaja/*mleko/	
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
Podwiec zerek		1										
		2										
		3										
Kolacja	I	1	Hebata 250ml	250g	Hebata 250ml	250g	Hebata 250ml	250g	Hebata 250ml	250g	Hebata 250ml	
		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	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	
		5	Salatka z makaronem i jajkiem 200g *gluten/*jaja/*soja/*gorczyca/	200g	Salatka z makaronem i jajkiem 200g *gluten/*jaja/*soja/*gorczyca/	200g	Salatka z makaronem i jajkiem 200g *gluten/*jaja/*soja/*gorczyca/	200g	Salatka z makaronem i jajkiem 200g *gluten/*jaja/*soja/*gorczyca/	200g	Salatka z makaronem i jajkiem 200g *gluten/*jaja/*soja/*gorczyca/	
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
II		1										
		2										
		3										
<b>DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ</b>												
kcal	wartość energetyczna	2633	wartość energetyczna	2703	wartość energetyczna	2703	wartość energetyczna	2703	wartość energetyczna	2703	wartość energetyczna	2703
g	białko ogółem	106,75	białko ogółem	107,15	białko ogółem	107,15	białko ogółem	107,15	białko ogółem	107,15	białko ogółem	107,15
g	węglowodany ogółem	328,76	węglowodany ogółem	339	węglowodany ogółem	339	węglowodany ogółem	339	węglowodany ogółem	339	węglowodany ogółem	339
g	w tym: cukry	23,772	w tym: cukry	23,372	w tym: cukry	23,372	w tym: cukry	23,372	w tym: cukry	23,372	w tym: cukry	23,372
g	tłuszcze ogółem	111	tłuszcze ogółem	110,19	tłuszcze ogółem	110,19	tłuszcze ogółem	110,19	tłuszcze ogółem	110,19	tłuszcze ogółem	110,19
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	28,733	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,333	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,333	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,333	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,333	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	20,333
g	błonnik	5560	błonnik	5428	błonnik	5428	błonnik	5428	błonnik	5428	błonnik	5428
g	sód	3239	sód	1658	sód	2164,6	sód	1964	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.