

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/	10g
		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/	100g
		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/	300g
		4	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		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	Kiełbasa żywiecka 40g	40g	Kiełbasa żywiecka 40g	40g	Kiełbasa żywiecka 40g	40g	Kiełbasa żywiecka 40g	40g	Kiełbasa żywiecka 40g	40g
		8										
		9										
		10										
	II	1										
		2										
		3										
OBIAD		1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g
		2	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g	Ryż z jabłkiem 300g *mleko/	300g
		3	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g	Zupa gulaszowa podstawa 300ml *jaja/	300g	Zupa gulaszowa dieta 300ml *jaja/	300g
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
Podwieczorek		1										
		2										
		3										
Kolacja	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	Dżem truskawkowy 50g	50g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		3	Salata 5g	5g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Salata 5g	5g	Herbata 250ml	250g	Salata 5g	5g
		4	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Herbata 250ml	250g
		5	Herbata 250ml	250g			Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Keczap 10g *soja/*seler/	10g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g
		6	Pomidor 80g	80g			Keczap 10g *soja/*seler/	10g	Salata 5g	5g	Keczap 10g *soja/*seler/	10g
		7										
		8										
		9										
		10										
	II	1										
		2										
		3										
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ												
kcal	wartość energetyczna	2193	wartość energetyczna	2278	wartość energetyczna	2566	wartość energetyczna	2600	wartość energetyczna	2566		
g	białko ogółem	87,497	białko ogółem	80,027	białko ogółem	89,957	białko ogółem	91,452	białko ogółem	89,957		
g	węglowodany ogółem	319,3	węglowodany ogółem	345,23	węglowodany ogółem	328,84	węglowodany ogółem	336,63	węglowodany ogółem	328,84		
g	w tym: cukry	26,346	w tym: cukry	42,261	w tym: cukry	27,136	w tym: cukry	29,781	w tym: cukry	27,136		
g	tłuszcze ogółem	77,125	tłuszcze ogółem	74,015	tłuszcze ogółem	109,7	tłuszcze ogółem	110,13	tłuszcze ogółem	109,7		
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	34,536	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	25,306	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	25,496	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,316	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	25,496		
g	błonnik	2615	błonnik	2158	błonnik	3178	błonnik	3223	błonnik	3178		
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. lubin

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