

DIETA		Bogatoresztkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna		
I	ŚNIADANIE	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		2	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Szynka wieprzowa 40g *soja/	40g
		3	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	Ser żółty 40g *jaja/	40g	Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g
		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	Papryka 70g	70g	Herbata 250ml	250g
		6	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g	Herbata 250ml	250g	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g
		7	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Kasza jęczmienna na mleku 300ml *mleko/	300g	Pomidor 80g	80g
		8										
		9										
		10										
II		1										
		2										
		3										
		4										
		5										
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
OBIAD		1	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Surówka z kiszanej kapusty 100g *jaja/	100g	Kisiel 250ml *jaja/	250g
		2	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Kisiel 250ml *jaja/	250g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g
		3	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Sztukia mięsa z piersi w sosie 150g *jaja/*seler/	150g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g
		4	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g
		5	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml *gluten/*jaja/	300g
		6										
		7										
		8										
		9										
		10										
Podwieczorek		1										
		2										
		3										
Kolejca	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	Papryka 30g	30g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g
		3	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g
		4	Pieczywo razowe 100g *gluten/	100g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Kiełbasa biała parzona 100g	100g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g
		5	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Musztarda 20g *soja/*gorczyca/	10g	Herbata 250ml	250g
		6	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Pomidor 80g	80g
		7							Pomidor 80g	80g		
		8										
		9										
		10										
II		1										
		2										
		3										
<b>DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ</b>												
kcal	wartość energetyczna	1970	wartość energetyczna	2106	wartość energetyczna	2106	wartość energetyczna	1983	wartość energetyczna	2106		
g	białko ogółem	92,859	białko ogółem	92,939	białko ogółem	92,939	białko ogółem	84,314	białko ogółem	92,939		
g	węglowodany ogółem	295,76	węglowodany ogółem	304,05	węglowodany ogółem	304,05	węglowodany ogółem	304,47	węglowodany ogółem	304,05		
g	w tym: cukry	23,135	w tym: cukry	22,705	w tym: cukry	22,705	w tym: cukry	24,453	w tym: cukry	22,705		
g	tłuszcze ogółem	63,099	tłuszcze ogółem	70,399	tłuszcze ogółem	70,399	tłuszcze ogółem	59,48	tłuszcze ogółem	70,399		
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	40,352	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,352	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,352	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	29,552	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,352		
g	błonnik	4229	błonnik	4097	błonnik	4097	błonnik	3386	błonnik	4097		
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: (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.