

DIETA		Bogatoreszkowa		Bezsolna		Lekkostrawna		Podstawowa		Lekkostrawna				
ŚNIADANIE	I	1	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g	Masło 10g *mleko/	10g			Masło 10g *mleko/	10g		
		2	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g	Płatki kukurydziane na mleku 300ml *gluten/*mleko/	300g				Pieczywo pszenne 100g *gluten/	100g	
		3	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g	Salata 5g	5g				Zacierka na mleku 300ml *gluten/*jaja/*mleko/	300g	
		4	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g				Salata 5g	5g	
		5	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g		250g		Herbata 250ml	250g	
		6	Keczap 15g *soja/*seler/	10g	Keczap 15g *soja/*seler/	10g	Keczap 15g *soja/*seler/	10g	Keczap 15g *soja/*seler/	10g	Keczap 15g *soja/*seler/	10g	Keczap 15g *soja/*seler/	10g
		7	Bułka grahamka 1szt	0g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Bułka zwykła 1szt *gluten/	0g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g	Parówka 2szt *soja/*gorczyca/	104g
		8	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g						
		9												
		10												
II	1						Galaretka z owocami 150g	150g						
	2													
	3													
OBIAD	1	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	Kompot 250ml *jaja/	250g	
	2	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	Ryż 200g	200g	Surówka z białej kapusty 100g *jaja/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	
	3	Leczo z kurczakiem 200g *jaja/	200g	Leczo z kurczakiem 200g *jaja/	200g	Leczo z kurczakiem 200g *jaja/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	Ziemniaki 200g *mleko/	200g	
	4	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Udko pieczone 100g	100g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	Zupa szpinakowa 300ml	300g	
	5	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Bukiet warzyw 100g *mleko/	100g	Zupa szczawiowa 300ml *jaja/*mleko/*seler/	300g	Udko pieczone 100g	100g	Udko pieczone 100g	100g	
	6													
	7													
	8													
	9													
	10													
Podwiec zerek	1													
	2													
	3													
Kolacja	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	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	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	Pomidor 80g	80g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Wędlina drobiowa 40g *soja/	40g	Paprykarz 100g *jaja/*soja/*seler/	100g	Paprykarz 100g *jaja/*soja/*seler/	100g	Paprykarz 100g *jaja/*soja/*seler/	100g
		5	Masło 10g *mleko/	10g	Pomidor 80g	80g	Pomidor 80g	80g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g
		6	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g	Herbata 250ml	250g						
		7												
		8												
		9												
		10												
II	1													
	2													
	3													
DOBOWE SUMY WARTOŚCI ENERGETYCZNEJ I ODŻYWCZEJ														
kcal	wartość energetyczna	2520	wartość energetyczna	2849	wartość energetyczna	2867	wartość energetyczna	3023	wartość energetyczna	2809				
g	białko ogółem	106,49	białko ogółem	114,69	białko ogółem	116	białko ogółem	138,77	białko ogółem	115,45				
g	węglowodany ogółem	303,41	węglowodany ogółem	365,11	węglowodany ogółem	366,29	węglowodany ogółem	348,11	węglowodany ogółem	370				
g	w tym: cukry	50,527	w tym: cukry	52,227	w tym: cukry	52,937	w tym: cukry	29,315	w tym: cukry	30,709				
g	tłuszcze ogółem	110,62	tłuszcze ogółem	114,62	tłuszcze ogółem	115,61	tłuszcze ogółem	130,9	tłuszcze ogółem	109,76				
g	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	30,04	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,64	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	27,83	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	26,918	w tym: nasycone kw. tłuszczowe	31,99				
g	błonnik	4551	błonnik	4887	błonnik	4901	błonnik	4474	błonnik	4577				
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: (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.