

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego IV	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
04.01.2024r.	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Filet pieczony z indyka 40g(1,6) Mix sałat 20g Pomidor 30g	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Filet pieczony z indyka 40g(1,6) Mix sałat 20g Pomidor 30g	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Filet pieczony z indyka 40g(1,6) Mix sałat 20g Pomidor b/skórki 30g	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Filet pieczony z indyka 40g(1,6) Mix sałat 20g Pomidor b/skórki 30g	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,7) Herbata czarna 250ml b/c Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Filet pieczony z indyka 40g(1,6) Mix sałat 20g Pomidor 30g
	II ŚN					grejpfrut
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszka z. 180g Rolada z mięsa mielonego z jarzynami 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z rzodkwi 150g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z koperkiem 180g Rolada z mięsa mielonego z jarzynami 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z selera i jabłka 150g(7,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z koperkiem 180g Rolada z mięsa mielonego z jarzynami 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z selera i jabłka 150g(7,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z koperkiem 180g Rolada z mięsa mielonego z jarzynami 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z selera i jabłka 150g(7,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszka z. 180g Rolada z mięsa mielonego z jarzynami 70g(1,3) Sos pomidorowy 100g(1,7) Surówka z selera i jabłka 150g(7,9) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD					Kanapka z jajkiem i pomidorem
	Kolacja /II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Ser biały z koperkiem 70g(7) Jabłko pieczone 100g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Ser biały z koperkiem 70g(7) Jabłko pieczone 100g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Ser biały z koperkiem 70g(7) Jabłko pieczone 100g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Ser biały z koperkiem 70g(7) Jabłko pieczone 100g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb graham 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Ser biały z koperkiem 70g(7) Jabłko pieczone 100g
	PN					Chleb Graham 30g(91) Masło 5g(7) Ser topiony 25g(7)

Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal)	Wartość energetyczna (kcal)	Wartość energetyczna (kcal)	Wartość energetyczna (kcal)	Wartość energetyczna (kcal)
	2024,47				
	Białko ogółem (g) 76,81	Białko ogółem (g)	Białko ogółem (g)	Białko ogółem (g)	Białko ogółem (g)
	Tłuszcz (g) 60,60	Tłuszcz (g)	Tłuszcz (g)	Tłuszcz (g)	Tłuszcz (g)
	KT nasycone (g) 26,55	KT nasycone (g)	KT nasycone (g)	KT nasycone (g)	KT nasycone (g)
	Węglowodany ogółem (g) 307,36	Węglowodany ogółem (g)	Węglowodany ogółem (g)	Węglowodany ogółem (g)	Węglowodany ogółem (g)
	Błonnik (g) 28,49	Błonnik (g)	Błonnik (g)	Błonnik (g)	Błonnik (g)
	Sól (g) 3,71	Sól (g)	Sól (g)	Sól (g)	Sól (g)

*Zastrzegamy możliwość zmiany dań z przyczyn niezależnych od nas.

ALERGENY : 1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, orkisz, pszenica kamut) 2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie) 3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie) 4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie) 5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty

