

		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
22.01.2024r.	Śniadanie	Kawa zbożowa 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Kalafior, brokuł, marchewka 100	Kawa zbożowa 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Kalafior, brokuł, marchewka 100g	Kawa zbożowa 250ml z/c (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Kalafior, brokuł, marchewka	Kawa zbożowa 250ml z/c (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Kalafior, brokuł, marchewka 100g	Kawa zbożowa 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Wędlina 40g Kalafior, brokuł, marchewka 100g
	II ŚN		Dzieci jabłko pieczone z dżemem 220g			<b>Jabłko pieczone 200g</b>
	Obiad	Krupnik 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Jajko sadzone 50g(3) Fasolka szparagowa 150g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Jajko sadzone 50g(3) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 150g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Sztuka mięsa 90g Sałatka z pietruszki, marchewki i jabłka 150g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Jajko sadzone 50g(3) Sałatka z pietruszki, marchewki i jabłka 150g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krupnik 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Jajko sadzone 50g(3) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 150g(7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Budyń z truskawkami 150 ml(1,7)			<b>Koktajl z ogórka 150ml(1,7)</b>
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Flaczki „jarskie” z mięsem 330ml(1,7,9) Twaróg krojony 50g Rukola 10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Flaczki „jarskie” z mięsem 330ml(1,7,9) Ser biały 50g(7) /dzieci: ser biały 70g Rukola 10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Flaczki „jarskie” z mięsem 330ml(1,7,9) Ser biały 50g(7) Rukola 10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Flaczki „jarskie” z mięsem 330ml(1,7,9) Ser biały 50g(7) Rukola 10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb graham 100g (1) Masło ekstra 10g (7) Flaczki „jarskie” z mięsem 330ml(1,7,9) Ser biały 50g(7) Rukola 10g
	PN					Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (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

