

11.03.2024r.	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
	Śniadanie	Kawa z mlekiem z/c250ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g(3,7) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko na miękko 50g(3) Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kawa z mlekiem b/c 250ml(1,7) C3,C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci-budyń 150ml (1, 7)			C5,C6- Budyń 150ml (1, 7) mandarynka 100g
	Obiad	Zupa grysikowa z groszkiem 330g (1,3,7) Ziemniaki z pietruszką z.180g Kotlet drobiowy 90g(1,3) Surówka z kapusty pekińskiej 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa z groszkiem 330g (1,3,7) Ziemniaki z pietruszką z.180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Surówka z selera i jabłka 100g(9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa z groszkiem 330g (1,3,7) Ziemniaki z pietruszką z.180g Filet gotowany 90 g Surówka z selera i jabłka 100g(9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330g (1,7) Ziemniaki z pietruszką z.180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Surówka z selera i jabłka 100g(9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa z groszkiem 330g (1,7) Ziemniaki z pietruszką z.180g Filet duszony 90g Sos 100ml(1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150ml			C5,C6-Smoothie owocowo-warzywne 150ml
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 70g (4,7,9) Sałata z. 10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 70g (4,7,9) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 70g (4,7,9) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 70g (4,7,9) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) C3,C5:Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 70g (4,7,9) C4,C6:Pasta z sera białego, ryby gotowanej i jarzyn 50g(4,7,9) Sałata z.10g C3, C4: Smoothie owocowo-warzywne 150ml
	PN					C4,C6- Chleb Graham – 30g(1) Masło 82%tł-5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2024,93 Białko ogółem (g) 82,35 Tłuszcz (g) 69,98 KT nasycone (g) 25,50 Węglowodany ogółem (g) 279,64 Cukry(g) 60,41 Błonnik (g) 26,92 Sól (g) 5,80	Wartość energetyczna (kcal) 1837,55 Białko ogółem (g) 75,87 Tłuszcz (g) 57,98 KT nasycone (g) 22,01 Węglowodany ogółem (g) 265,91 Cukry(g) 69,08 Błonnik (g) 26,08 Sól (g) 5,30	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