

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-22 poniedziałek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Jogurt naturalny z musli 100 ml (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g kotlet mielony smażony (1) 90 g (GLUTEN, JAJA) sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) Surówka z białej kapusty 150 g kisiel owocowy z/c 200 ml napój owocowy 250 ml		hummus 60 g twarożek z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) Sałatka ryżowa z groszkiem i kukurydzą 150 g (SELER, GORCZYCA) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2752 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 415 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 65 Błonnik pokarmowy [g] 48
	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jajko gotowane 50 g (JAJA) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g kotlet mielony smażony (1) 90 g (GLUTEN, JAJA) sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2161 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 291 Sól [g] 3 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 29
	lekka Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie dietetycznym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml kisiel owocowy b/c 200 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1923 Białko ogółem [g] 69 Tłuszcz [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 334 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-22 poniedziałek	żółdkowa IIb	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie dietetycznym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1916 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzycowa b/ml IId	Szynka bartenika 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie dietetycznym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica drobiowa z wieprzowiną 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo pszenne 40 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2156 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 50 Węglowodany ogółem [g] 364 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie dietetycznym (1) 180 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2207 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 32

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-22 poniedziałek	cukrzycowa VII	Szynka bartenika 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jajko gotowane 50 g (JAJA) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por bulka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza pęczak na sypko 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Salatka ryżowa z groszkiem i kukurydzą 150 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2133 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 296 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 40
2024-07-23 wtorek	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g chałka 40 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) arbuz 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 80 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza kuskus na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z cebulką 100 g Kalafior z wody 100 g napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 100 g kalarepa plastrowana 50 g papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2444 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 359 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 43
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 80 g (GLUTEN) chałka 40 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) arbuz 150 g		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza kuskus na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z cebulką 150 g napój owocowy 250 ml		szynka familijna 50 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) papryka świeża 50 g kalarepa plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2377 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 364 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 35

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-23 wtorek	lekka IIa	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 80 g (GLUTEN) chałka 40 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2246 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 334 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 19
	zółdkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 60 g (GLUTEN) chałka 40 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 120 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2207 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 18
	cukrzykowa b/ml IIc	płatki owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata 20 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	szynka drobiowa 20 g (SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNĄ, mąka ŻYTNIA) 30 g (GLUTEN)	połędwica 'Ani' 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2216 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-23 wtorek	b/białk.VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g chałka 40 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	kefir 100 ml (MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 160 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN)	połędwica 'Ani' 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2610 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 349 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzykowa VII	ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kefir 100 ml (MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z cebulką 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 250 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica 'Ani' 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2215 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 284 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 36
2024-07-24 środa	dieta śródziemnom.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Banan 1 szt 1 Por ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g surówka z pora, marchewki i jabłka 150 g mizeria z maślanką 100 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml soczek owocowo-warzywny 200 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2480 Białko ogółem [g] 127 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 324 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 32

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-24 środa	podst Bar	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Banan 1 szt 1 Por ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) kurczak pieczony 150 g ziemniaki z koperkiem 200 g surówka z pora, marchewki i jabłka 150 g napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2335 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 293 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 24
	lekka Ila	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Banan 1 szt 1 Por sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Herbata 250 ml		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2297 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 338 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 21
	złotkowa IIb	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Banan 1 szt 1 Por sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Herbata 250 ml	mus jabłkowy 100 g sucharki 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO)	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2495 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 353 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzykowa b/ml IId	kasza kukurydziana na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) szynka połówkowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g	szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2420 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-24 środa	b/białk. VI + w chemioter.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Banan 1 szt 1 Por sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2584 Białko ogółem [g] 135 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 339 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa VII	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść 1 Por ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g waflę ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 150 g (SELER) surówka z pora, marchewki i jabłka 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2217 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 281 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 37
2024-07-25 czwartek	dieta śródziemnom.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) Jogurt naturalny z musli 100 ml (MLEKO) papryka świeża 50 g sałata 20 g brzoskwinia 1szt 150 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) filet z kurczaka w sosie pieczeniowym 80 g (GLUTEN) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) marchewka gotowana mini 100 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z brokuła i jajka 100 g (JAJA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2499 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 325 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 37

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-25 czwartek	podst Bar	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) papryka świeża 50 g sałata 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) pieczeń wieprzowa w sosie ciemnym 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTNIĄ) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2167 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 306 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 25
	lekka IIa	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) sałata 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2545 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 369 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 24
	złódkowa IIb	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) sałata 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2647 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 387 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-25 czwartek	cukrzycowa b/ml IId	ogonówka wieprzowa 80 g (SOJA) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJA)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2184 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 263 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 30
	b/białk. VI + w chemioter.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) sałata 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJA)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3039 Białko ogółem [g] 141 Tłuszcz [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 381 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa VII	ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLEKO) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJA) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJA)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2020 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 241 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-26 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść 1 Por bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) pomarańcza 100 g kakao na mleku 250 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 100 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z makaronu ciemnego z papryką, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2302 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 288 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 34
	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por Kakao na mleku 200 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1883 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 229 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 20
	lekka Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por Kakao na mleku 200 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 120 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml		połędwica z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2006 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 312 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-26 piątek	żołądkowa l/b	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)	Budyń z/c 200 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 120 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 40 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 20 g (GLUTEN)	połędwica z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2174 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 340 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa b/ml l/d	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN)	pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) połędwica z natką pietruszki 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2207 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 290 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 27
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pomidor 50 g sałata liść 1 Por Kakao na mleku 200 ml (MLEKO)	Budyń z/c 200 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 200 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	połędwica z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) Jabłko (120g) 120 g herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2301 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 386 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 76 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-26 piątek	cukrzycowa VII	południca sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) fasolka szparagowa gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	południca z natką pietruszki 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2163 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 302 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 38
2024-07-27 sobota	dieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) dżemik 25 g papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 200 g (GLUTEN) surówka z buraczków 150 g Kalafior z wody 150 g napoj owocowy 250 ml		południca 'Ani' 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2674 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 105 Węglowodany ogółem [g] 343 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 36
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) dżemik 25 g papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka familijna 50 g (SOJA, MLEKO, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2268 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-27 sobota	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść 1 Por pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2484 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 383 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 21
	złotkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 20 g (SOJA, MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść 1 Por pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2433 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 355 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzykowa b/ml IId	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 40 g (SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 20 g (GLUTEN)	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2114 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 20

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-27 sobota	b/białk.VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 40 g (SOJA, MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść 1 Por pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2482 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 362 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść 1 Por sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2582 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 136 Węglowodany ogółem [g] 264 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 30
2024-07-28 niedziela	dieta śródziemnom.	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata liść 1 Por pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2144 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 263 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-28 niedziela	podst Bar	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser topiony (1) 25 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g rzodkiewka 50 g pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g Surówka z czerwonej kapusty 120 g napoj owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1786 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 237 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 22
	lekka IIa	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) kissiel owocowy z/c 200 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2448 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 356 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 21
	zółdkowa IIb	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kissiel owocowy z/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2485 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 354 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzykowa b/ml II d	szynka gotowana wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kissiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER)	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2543 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-22 do dnia 2024-07-28 SEKTOR 8 BAR

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-28 niedziela	b/białk.VI + w chemioler.	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2614 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 354 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa VII	szynka gotowana wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica miodowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2060 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 276 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 32