

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-08 poniedziałek	dzieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) brzoskwinia 1szt 150 g sałata liść 1 Por pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) potrawka z kurczaka z ciecierzycą 150 g (GLUTEN, SELER) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy 250 ml		pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) szynka złociста 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ogórek zielony 50 g sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2283 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 33
	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz biały z ziemniakami zabieleny 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) sztuka mięsa w sosie cebulowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy 250 ml		pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) szynka złociста 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g ogórek zielony 50 g herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2230 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 281 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 21
	lekka Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 30 g sałata 20 g babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet z mięsa drobiowego w sosie koperkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		szynka złociста 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml pomidor 50 g	Wartość energetyczna [kcal] 2511 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 422 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-08 poniedziałek	zolejdkowa llb	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet z mięsa drobiowego w sosie koperkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g pomidor 30 g herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2561 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 400 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa b/ml lid	połędwica drobiowa z wieprzowiną 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet z mięsa drobiowego w sosie koperkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) pomidor 30 g herbata b/c 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2540 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 391 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet z mięsa drobiowego w sosie koperkowym (1) 180 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g pomidor 30 g herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2542 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 353 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-08 poniedziałek	cukrzycowa VII	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g Jabłko (120g) 120 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) pulpet z mięsa drobiowego w sosie koperkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy b/c 250 ml	pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) pomidor 50 g	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2285 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 293 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 38
	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasztet sojowy 50 g (SOJA) Jajko gotowane 50 g (JAJA) rzodkiewka 50 g pomidor 50 g Pieczywo graham 30 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ogórkowa z ryżem zabeliana 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym 80 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 150 g sok pomidorowy (330ml) 1 szt napoj owocowy 250 ml		Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2073 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 272 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 34
2024-07-09 wtorek	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jajko gotowane 50 g (JAJA) rzodkiewka 50 g pomidor 50 g 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 ogórkowa z ryżem zabeliana 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1958 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 263 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 25
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) dżemik 25 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g Pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie koperkowym 80 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2080 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 279 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 21

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-09 wtorek	żołądkowa IIB	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie koperkowym 80 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2307 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 306 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa b/ml IId	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie koperkowym 80 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2171 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 289 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 21
	b/białk. VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jajko gotowane 50 g (JAJA) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie koperkowym 160 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2678 Białko ogółem [g] 166 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 31
	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jajko gotowane 50 g (JAJA) rzodkiewka 50 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 250 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabeliana 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie koperkowym 80 g (SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 150 g	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 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 z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2086 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 35

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-10 środa	dzieta śródziemnom.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Jogurt owocowy z musli 100 ml ser żółty (2) 60 g (MLEKO) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) Banan 1 szt 1 Por sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) kapusta zasmażana z koperkiem 150 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 100 g napój owocowy 250 ml		Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g kalarepa plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2626 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 39
	podst Bar	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) Banan 1 szt 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 pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) kapusta zasmażana z koperkiem 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml		Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) kalarepa plastrowana 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2456 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 352 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 28
	lekka Ila	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) dżemik 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g Banan 1 szt 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa koperkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml		Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2319 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 390 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 21
	złagodzona IIB	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) dżemik 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Banan 1 szt 1 Por sałata 20 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Biszkopty 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Szynka bartenika 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	Wartość energetyczna [kcal] 2517 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 383 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 21

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-10 środa	cukrzycowa b/ml lid	szynka gotowana wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g Chrupki kukurydziane 50 g	zupa koperkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2399 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 359 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 24
	b/białk. VI + w chemioter.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Banan 1 szt 1 Por sałata 20 g 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 makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 100 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2974 Białko ogółem [g] 171 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 381 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzycowa VII	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 200 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) 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] 2092 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 259 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 36
2024-07-11 czwartek	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g rzodkiewka 50 g pomarańcza 100 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) Pieczywo graham 30 g kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)		zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g sałata z maślanką 150 g (MLEKO) fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 100 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		hummus 60 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) papryka świeża 50 g pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2222 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 282 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-11 czwartek	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g rzodkiewka 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 50 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)		zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2288 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 24
	lekka IIa	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)		zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2277 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 327 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 22
	zolejkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	mus jabłkowy 100 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2412 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 350 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-11 czwartek	cukrzycowa b/ml IId	plátky owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g ogórek zielony 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	wafle ryżowe bezcukrowe 50 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2105 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 323 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 31
	b/białk. VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	sałata liść 1 Por pomidor 50 g połędwica drobiowa z wieprzowiną 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2308 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 326 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 23
	cukrzycowa VII	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiewka 50 g ogórek zielony 50 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	mus jabłkowy z bananem 100 g	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 100 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2105 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 269 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 29
2024-07-12 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) dżemik 25 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) ogórek zielony 50 g arbuz 150 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) naleśniki z serem, cynamonem na słodko 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO) pomarańcza 100 g napój owocowy 250 ml		kiełbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2407 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-12 piątek	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 2szt. 50 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por arbuz 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) naleśniki z serem, cynamonem na słodko 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO) pomarańcza 100 g napój owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2304 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 328 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 19
	lekka Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 2szt. 50 g szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2394 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 382 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28
	zoledkowa Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)	ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml	kielbasa zielonogórska 20 g (SOJA, GORCZYCA) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 30 g (GLUTEN)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2576 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 388 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 29
	cukrzycowa b/mi IId	szynka złocista 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g Chrupki kukurydziane 50 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 50 g (GLUTEN)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2412 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 374 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 34

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-12 piątek	b/bialk. VI + w chemioler.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kakao na mleku 200 ml (MLEKO)	ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2483 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 374 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzykowa VII	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jajko gotowane 50 g (JAJA) sałata liść 1 Por ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml sałata liść 1 Por	kefir 200 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2046 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 272 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 37
2024-07-13 sobota	dieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) połędwica z warzywami 30 g sałata 20 g gruszka 1szt 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) filet z kurczaka w sosie pieczeniowym 80 g (GLUTEN) sok jabłkowy 200ml 1 szt mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2459 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 97 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 39
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) połędwica z warzywami 30 g papryka świeża 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) filet z kurczaka w sosie pieczeniowym 80 g (GLUTEN) mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml		kielbasa podwawelska 100 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) musztarda 15 g (GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2583 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 342 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 36

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-13 sobota	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) połędwica z warzywami 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowanaa 150 g (GLUTEN) napój 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 pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2625 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 380 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 27
	żółdkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) połędwica z warzywami 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO) sucharki 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO) Herbata 250 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 120 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka połędwicowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2652 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 414 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowanaa 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2602 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 390 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/białk. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) połędwica z warzywami 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 120 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka połędwicowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2757 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 414 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-13 sobota	cukrzycowa VII	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) polędwica z warzywami 50 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kefir 250 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g mus jabłkowy 100 g	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) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2390 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 43
		szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g Pomidor 30 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) szczypiór 10 g		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g Brokuły gotowane 100 g Surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 150 g ser żółty (1) 50 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2132 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 261 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 33
		szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g Surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1966 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 257 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 22
2024-07-14 niedziela	lekka IIa	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 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 pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2520 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 353 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 18

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-14 niedziela	żółdkowa IIB	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	twarożek z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2716 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 381 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa b/ml IId	szynka złocista 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 120 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 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2511 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 359 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 22
	b/białk. VI + w chemioter.	szynka złocista 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	twarożek z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2864 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 405 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa VII	szynka złocista 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko (120g) 120 g	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 150 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2092 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 277 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 35