

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-12 poniedziałek	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g połudwica z warzywami 60 g ogórek zielony 50 g pomidor 50 g Banan 1 szt 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza kuskus na sypko 200 g gulasz cygański z mięsem wieprz. i warzywami (1) 200 g (SELER, GORCZYCA) surówka wielowarzywna 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napoj owocowy 250 ml		ser żółty (2) 50 g (MLEKO) sałata 20 g 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	Wartość energetyczna [kcal] 2381 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 292 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 33
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g połudwica z warzywami 60 g ogórek zielony 50 g babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza kuskus na sypko 200 g gulasz cygański z mięsem wieprz. i warzywami (1) 200 g (SELER, GORCZYCA) surówka wielowarzywna 150 g napoj owocowy 250 ml		ser żółty (2) 50 g (MLEKO) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2293 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 273 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 30
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 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)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		połudwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2514 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 390 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 22
	zoledkowa Iib	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 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)	twarożek z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 20 g (GLUTEN)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połudwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2582 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 366 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 25

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-12 poniedziałek	cukrzycowa b/ml lid	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Kanapka z jajkiem 55 g (GLUTEN, JAJA) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3137 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 437 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 35
	b/białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	twarożek z koperkiem 70 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 180 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) Jabłko parzone (120g) 120 g	połędwica sopocka wieprzowa 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3092 Białko ogółem [g] 149 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 445 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa VII	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	twarożek z koperkiem 60 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza kuskus na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2210 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 265 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 41
2024-08-13 wtorek	dieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połędwicowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pomidor 50 g Jogurt naturalny z musli 130 ml (MLEKO) bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet mielony smażony (1) 80 g (GLUTEN, JAJA) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 100 g surówka z buraczków 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 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] 2043 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 33

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-13 wtorek	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabelana 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet mielony smażony (1) 80 g (GLUTEN, JAJA) surówka z buraczków 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g 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] 1930 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 286 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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 krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami 200 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1985 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 272 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zoledkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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)	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	mus jabłkowy 150 g	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2161 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 312 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa b/ml IId	ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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	Chrupki kukurydziane 50 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	mus jabłkowy 150 g	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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 z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2081 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 315 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-13 wtorek	białk. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami 200 g (SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2460 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 304 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 23
	cukrzycowa VII	ser biały mielony z natką pietruszki 60 g (MLEKO) szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata 20 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	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN)	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabeliana 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 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] 2010 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 38
2024-08-14 środa	dieta śródziemnom.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt szynka złocista 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) arbuz 150 g ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gulasz z mięsa wołowego 150 g (SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiew biała plastrowana 50 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1993 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 27
	podst Bar	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gulasz z mięsa wołowego 150 g (SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiew biała plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2146 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 23

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-14 środa	lekka Ila	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g 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 z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napoj owocowy 250 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] 2275 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 370 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 18
	zolewkowa IIb	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, 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 200 ml	zupa koperkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napoj owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2320 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 382 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 17
	cukrzycowa b/ml IId	ryż na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa koperkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo pszenne 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 pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2184 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 347 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 29
	b/białk. VI + w chemioter.	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g 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 koperkowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napoj owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 20 g (GLUTEN)	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] 2498 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 358 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 19

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-14 środa	cukrzycowa VII	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sok pomidorowy (330ml) 1 szt pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) rzodkiew biała plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2123 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 273 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 34
	dieta śródziemnom.	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) arbuz 150 g 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) 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 130 g sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g Kalafior z wody 150 g napój owocowy 250 ml		hummus 60 g połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i ogórka konserwowego 100 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2004 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 243 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 30
2024-08-15 czwartek	podst Bar	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) arbuz 150 g rzodkiewka 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) 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 130 g surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy 250 ml		twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1838 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 226 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 19
	lekka Ila	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Banan 1/2 szt 1 Por 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 jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowanaa 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2125 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 266 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-15 czwartek	zoledkowa IIb	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 200 g (GLUTEN, MLEKO)	twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2022 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 290 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzykowa b/ml IId	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	szynka złocista 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2311 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/biolk. VI + w chemioler.	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Banan 1/2 szt 1 Por 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)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 260 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2372 Białko ogółem [g] 138 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzykowa VII	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z marchewki z chrzanem 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidora i ogórka konserwowego 200 g (SELER, GORCZYCA)	twarożek z koperkiem 80 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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] 2104 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 245 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 38

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-16 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) brzoskwinia 1szt 100 g sok pomidorowy (330ml) 1 szt pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 100 g (GLUTEN) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		szynka poławdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) chleb zwykły 150 g herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2389 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 262 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 34
	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) brzoskwinia 1szt 100 g pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		Kiełbasa podwawelska na gorąco 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) chrzan 20 g papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2366 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml		szynka poławdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów i salaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2309 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 352 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 24
	żółdkowa IIB	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka poławdicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów i salaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2535 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 402 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 25

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-16 piątek	cukrzycowa b/ml IId	Kasza manna na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy b/c 250 ml	połędwica drobiowa z wieprzowiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka połędwiczna 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2469 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 377 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/bialk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) brzoskwinia 1szt 100 g pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 200 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml	ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN)	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka połędwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2460 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 30
	cukrzycowa VII	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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 wafle ryżowe bezcukrowe 50 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z kaszy gryczanej, pomidorów, groszku, kukurydzy 250 g	szynka połędwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2492 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 41
2024-08-17 sobota	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) pasztet sojowy 50 g (SOJA) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g zraz mielony drobiowy smażony w sosie cebulowym (3) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z buraczków 150 g Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2441 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 317 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 73 Błonnik pokarmowy [g] 37

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-17 sobota	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g zraz mielony drobiowy smażony w sosie cebulowym (3) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2411 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 341 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 72 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2482 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 384 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zołędkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2459 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 400 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 65 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzycowa b/ml IId	pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Jabłko (120g) 120 g herbata b/c 250 ml	połędwica drobiowa z wieprzowiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml Chrupki kukurydziane 50 g	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2282 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 357 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 33

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-17 sobota	bibiale VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) jabłko (120g) 120 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) pulpet w sosie pietruszkowym (1) 180 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2673 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 394 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 32
	cukrzycowa VII	ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN)	zupa brokułowa z makaronem 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g pulpet w sosie pietruszkowym (1) 90 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z papryki i sałaty 150 g	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1971 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 35
2024-08-18 niedziela	dieta śródziemnom.	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 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 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g Brokuły gotowane 100 g napój owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2212 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 291 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 32

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-18 niedziela	podst Bar	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, 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 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2059 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 23
	lekka Ila	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2855 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 380 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 18
	złotkowa Iib	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) szynka złocista 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	szynka połędwicowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2850 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 384 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzykowa b/ml IId	szynka złocista 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	mus jabłkowy 100 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	szynka połędwicowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2517 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 343 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-12 do dnia 2024-08-18 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-18 niedziela	b/biak.VI + w chemioter.	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 260 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	szynka połówkowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	połowica drobiowa z wieprzowiną 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 80 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2910 Białko ogółem [g] 132 Tłuszcz [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 355 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa VII	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 200 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	połowica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2360 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 37