

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	1 - dieta podstawowa	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) masło 15g 1 szt (MLE,) dżem 2 szt 50 g kawa zbożowa 200 ml (GLU, MLE,) wafle ryżowe natura 15g 1 szt (GLU,)	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z ciecierzycy i pomidorów z grzankami 300 ml (GLU, SEL,) kotlet pożarski, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki 200 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 351,2 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 10,5
	2 - dieta łatwostrawna	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) bułka maślana 90g 1 szt (GLU, JAJ, MLE,) masło 15g 1 szt (MLE,) dżem 2 szt 50 g kawa zbożowa 200 ml (GLU, MLE,) wafle ryżowe natura 15g 1 szt (GLU,)	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z cukinii z grzankami 250 g (GLU, MLE, SEL,) kotlet pożarski, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki 200 g (MLE,) marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 445,6 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 337,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 10,2
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) udziec indyczy w galarecie 70 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z ciecierzycy i pomidorów z grzankami 300 ml (GLU, SEL,) kotlet pożarski, pieczony 100 g (GLU, JAJ,) ziemniaki z wody 200 g marchewka gotowana 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	grejfrut 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 50 g ogórek świeży 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 143,5 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 13,9

2024-08-27 wtorek	1 - dieta podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g papryka 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE,)	banan 200 g	kapuśniak z ziemniakami 300 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) makaron ze szpinakiem i serem 250 g (GLU, MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) ogórek kiszony 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 1 986,1 Białko ogółem [g] 62,6 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 285,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 10,6
	2 - dieta łatwostrawna	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE,) herbata z cukrem 200 ml	banan 200 g	zupa jarzynowa z ziemniakami diety (SW) 300 g (GLU, MLE, SEL,) makaron ze szpinakiem i serem 250 g (GLU, MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) pierś z indyka gotowana 50 g mus owocowy 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 018,4 Białko ogółem [g] 71,1 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,9 Sól [g] 8,2
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml (GLU, SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) szynka z kotła 50 g papryka 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	kapuśniak z ziemniakami 300 g (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) makaron ze szpinakiem i serem 250 g (GLU, MLE,) kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) sałatka śledziowa 100 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) ogórek kiszony 1 porcja 80 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 001,3 Białko ogółem [g] 68,2 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 290,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 13

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa	1 - dieta podstawowa	ryż na mleku 220 ml (MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) serek Almette 1 szt 30 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 g (GLU, MLE, SEL,) kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych , pieczony 100 g (JAJ, OZI, ORZ, SEL,) ziemniaki 200 g (MLE,) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) paszтет drobiowy, pieczony 80 g (JAJ, MLE, SEL,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 120 g kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 148,5 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 9,8
	2 - dieta łatwostrawna	ryż na mleku 220 ml (MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) serek Almette 1 szt 30 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	krupnik z kaszą jęczmienną diety (SW) 300 g (GLU, MLE, SEL,) roladki drobiowe z fileta z jarzynami w sosie własnym 130 g (GLU, MLE, SEL,) ziemniaki 200 g (MLE,) seler gotowany 120 g (MLE, SEL,) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) paszтет drobiowy, pieczony 80 g (JAJ, MLE, SEL,) pomidor 1 porcja 80 g kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 313,7 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 9,6
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z ryżem 300 ml (SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) jajko gotowane 1 szt (JAJ,) serek Almette 1 szt 30 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	krupnik z kaszą jęczmienną podstawowa 300 g (GLU, MLE, SEL,) kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych , pieczony 100 g (JAJ, OZI, ORZ, SEL,) ziemniaki 200 g (MLE,) surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 120 g kompot owocowy 200 ml	jabłko pieczone 200 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) paszтет drobiowy, pieczony 80 g (JAJ, MLE, SEL,) Sałatka z papryki i sałaty zielonej z oliwą 120 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 185,3 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 Sól [g] 11,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	1 - dieta podstawowa	kasza manna na mleku 220 ml (GLU, MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) kiełbasa krakowska sucha 50 g (GLU) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE)	Barszcz czerwony z jajkiem 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL) fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) herbata z cukrem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 966,8 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 277,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 12,9
	2 - dieta łatwostrawna	kasza manna na mleku 220 ml (GLU, MLE) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) kiełbasa krakowska sucha 50 g (GLU) pomidor 1 porcja 80 g Herbatniki BeBe 1 szt (GLU, MLE) herbata z cukrem 200 ml	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE)	zupa krem ziemniaczany z grzankami 300 g (GLU, MLE, SEL) rizotto mięsne dieta 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) herbata z cukrem 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 258,9 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Sól [g] 12
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą manną 300 ml (GLU, SEL) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) kiełbasa krakowska sucha 50 g (GLU) pomidor 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	koktajl truskawkowy na jogurcie 150 ml (MLE)	Barszcz czerwony z jajkiem 300 ml (GLU, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ) rizotto mięsne z cukinia i papryką, podstawowe 300 g (MLE, SEL) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL) fasolka szparagowa gotowana 150 g (MLE) kompot owocowy 200 ml	grejpfrut 200 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) udziec indyczy w galarecie 70 g sałatka jarzynowa z jogurtem 100 g (JAJ, MLE, SEL) herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) herbata 200 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek	1 - dieta podstawowa	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g (RYB, MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g mus owocowy 1 szt herbata z cukrem 200 ml	brzoskwinia 150 g	zupa ogórkowa z ryżem 300 g (MLE, SEL) leniwe pierogi 250 g (GLU, JAJ, MLE) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 120 g kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z oliwą 120 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 172 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 314 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Sól [g] 9
	2 - dieta łatwostrawna	tarte ciasto na mleku 220 ml (GLU, JAJ, MLE) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek Almette 2 szt 60 g (MLE) pomidor 1 porcja 100 g mus owocowy 1 szt herbata z cukrem 200 ml	brzoskwinia 150 g	zupa koperkowa z ryżem 300 g (MLE, SEL) leniwe pierogi 250 g (GLU, JAJ, MLE) marchewka z wody 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 1 porcja 80 g sałata zielona 1 porcja 35 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 318,5 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Błonnik pokarmowy [g] 18 Sól [g] 7,5
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z tartym ciastem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) pasta z twarogu i szprota w pomidorach 80 g (RYB, MLE) ogórek świeży 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	jabłko pieczone 200 g	zupa ogórkowa z ryżem 300 g (MLE, SEL) leniwe pierogi 250 g (GLU, JAJ, MLE) surówka z kapusty włoskiej z oliwą 120 g kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z oliwą 120 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 188,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 11,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota	1 - dieta podstawowa	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 120 g (SOJ, SEL,) pomidor 1 porcja 80 g herbata z cukrem 200 ml	jabłka deserowe 180 g	żurek z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL,) kasza jęczmienna 200 g (GLU, MLE,) brokuł gotowany 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 389,2 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 328,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 13,3
	2 - dieta łatwostrawna	makaron na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 120 g (SOJ, SEL,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	żurek z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL,) roladki drobiowe z fileta z jarzynami 130 g (MLE, SEL,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL,) kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (GLU,) sałatka z buraków 150 g kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) pomidor 1 porcja 80 g soczek 1 szt herbata 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 419,7 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 11,8
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z makaronem 300 ml (GLU, SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) parówka z szynki 2 szt + ketchup 1szt. 120 g (SOJ, SEL,) pomidor 1 porcja 80 g herbata 200 ml	jabłka deserowe 180 g	żurek z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL,) zrazy drobiowe z mięsa mielonego 100 g (GLU, JAJ,) sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL,) kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (GLU,) brokuł gotowany 150 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) ser żółty 50 g (MLE,) papryka 1 porcja 50 g ogórek kiszony 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 438,9 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sól [g] 14,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela	1 - dieta podstawowa	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) kielbasa szynkowa 50 g ogórek świeży 1 porcja 80 g kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 250 g (GLU, MLE, SEL,) bitka schabowa w sosie własnym 100 g (GLU, MLE,) ziemniaki 200 g (MLE,) surówka Coleslaw 120 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml		chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) masło 15g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) ogórek kiszony 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 109,8 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Sól [g] 11,6
	2 - dieta łatwostrawna	kasza jęczmienna na mleku 220 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) kielbasa szynkowa 50 g pomidor 1 porcja 80 g kubuś go 1 szt herbata z cukrem 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z cukinii z grzankami 250 g (GLU, MLE, SEL,) bitka schabowa w sosie własnym 100 g (GLU, MLE,) ziemniaki 200 g (MLE,) jarzyna duszona 120 g (MLE, SEL,) kompot owocowy 200 ml		chleb pszenny 3 kromki 100 g (GLU,) masło 15g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) pomidor 1 porcja 80 g jabłka deserowe 180 g herbata z cukrem 200 ml		Wartość energetyczna [kcal] 2 292,8 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sól [g] 10,6
	6 - dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	zupa z kaszą jęczmienną 300 ml (GLU, SEL,) chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) kielbasa szynkowa 50 g ogórek świeży 1 porcja 80 g sok warzywny 1 szt herbata 200 ml	jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	zupa krem z groszku zielonego z grzankami 250 g (GLU, MLE, SEL,) bitka schabowa w sosie własnym 100 g (GLU, MLE,) ziemniaki z wody 200 g surówka Coleslaw 120 g (MLE,) kompot owocowy 200 ml	jabłka deserowe 180 g	chleb graham 4 kromki 100 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) paprykarz rybny 80 g (GLU, RYB, OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,) ogórek kiszony 1 porcja 50 g papryka 1 porcja 50 g herbata 200 ml	chleb graham 2 kromki 60 g (GLU, SEZ,) Masło MAŁE 10 g 1 szt (MLE,) herbata 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 061,3 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 13,3

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- SO2* - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,