

JADŁOSPIS NA 2024-10-20 (niedziela)

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; keczup /Alergeny: 9/; Parówka na ciepło ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Kiełki ; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
808 kcal	Tłuszcz 48,92 g, Węglowodany ogółem 70,97 g, Sód 2307,22 mg, Błonnik pokarmowy 11,18 g, Białko ogółem 17,6 g, w tym cukry 7,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g
Obiad	Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; ziemniaki gotowane ; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
768 kcal	Tłuszcz 23,21 g, Węglowodany ogółem 94,69 g, Sód 540,71 mg, Białko ogółem 36,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,54 g, w tym cukry 17,9 g, Błonnik pokarmowy 14,2 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Herbata ; sałatka gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/
846 kcal	Tłuszcz 39,99 g, Węglowodany ogółem 94,29 g, Sód 1189,07 mg, Błonnik pokarmowy 12,71 g, Białko ogółem 26,74 g, w tym cukry 10,3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Herbata ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; kurczak w galarecie /Alergeny: 7,3/; Kiełki ; Pomidor /Alergeny: 7/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
480 kcal	Sód 1607,32 mg, Węglowodany ogółem 47,68 g, w tym cukry 3,98 g, Tłuszcz 18,84 g, Błonnik pokarmowy 6,75 g, Białko ogółem 29,12 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,65 g
Obiad	Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; schab gotowany /Alergeny: 7/; Sos chrzanowy /Alergeny: 1,7/; fasolka szparagowa z wody ; ziemniaki gotowane ; Kompot śliwkowy ; serek homogenizowany
818 kcal	Tłuszcz 23,21 g, Węglowodany ogółem 122,43 g, Sód 1676,61 mg, Błonnik pokarmowy 15,87 g, w tym cukry 7,88 g, Białko ogółem 44,62 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,05 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananase /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/
695 kcal	Tłuszcz 16,63 g, Węglowodany ogółem 113,61 g, Błonnik pokarmowy 5,72 g, Białko ogółem 25,44 g, w tym cukry 5,62 g, Sód 72,43 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	chleb razowy /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Kiełki ; pierś z kurczaka w galarecie /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata bez cukru 250ml ; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
462 kcal	Tłuszcz 18,13 g, Węglowodany ogółem 59,8 g, Sód 1392,45 mg, Błonnik pokarmowy 11,9 g, Białko ogółem 13,38 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g
Drugie śniadanie	jogurt pitny Dar Pure /Alergeny: 7/
150 kcal	Tłuszcz 5 g, Węglowodany ogółem 15,5 g, Sód 157,5 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,97 g, Białko ogółem 9 g, w tym cukry 20 g
Obiad	Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; Makaron razowy /Alergeny: 1,3,9,10/; Surówka z selera z rodzynkami i orzechami /Alergeny: 7,5/; schab gotowany /Alergeny: 7/; fasolka szparagowa z wody ; Sos chrzanowy /Alergeny: 1,7/; kompot śliwkowy bez cukru ; jabłko (1 sztuka)
580 kcal	Tłuszcz 11,94 g, Węglowodany ogółem 108,47 g, Sód 1652,9 mg, Błonnik pokarmowy 15,19 g, w tym cukry 6,18 g, Białko ogółem 40,09 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,09 g
Podwieczorek	grejfruty
32 kcal	Tłuszcz 0,16 g, Węglowodany ogółem 7,84 g, Sód 1,6 mg, Błonnik pokarmowy 1,52 g

Kolacja	chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasek /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; ser puszysty /Alergeny: 7/; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/
674 kcal	Tłuszcz 18,9 g, Węglowodany ogółem 102,74 g, Sód 401,8 mg, Błonnik pokarmowy 9,97 g, Białko ogółem 21,12 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g, w tym cukry 2,39 g
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta lekkostrawna z ogr. tłuszczu - KOD 7

Śniadanie	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; kurczak w galarecie /Alergeny: 7,3/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
480 kcal	Tłuszcz 18,84 g, Węglowodany ogółem 47,68 g, Błonnik pokarmowy 6,75 g, Białko ogółem 29,12 g, w tym cukry 3,98 g, Sód 1607,32 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,65 g
Obiad	Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; schab gotowany /Alergeny: 7/; Buraki z jogurtem /Alergeny: 7/; jabłko pieczone ; Surówka z selera z rodzynekami i orzechami /Alergeny: 7,5/; Sos chrzanowy /Alergeny: 1,7/; ziemniaki gotowane ; Kompot śliwkowy
680 kcal	Tłuszcz 9,96 g, Węglowodany ogółem 114,74 g, Sód 1364,85 mg, Błonnik pokarmowy 17,66 g, w tym cukry 18,34 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,11 g, Białko ogółem 35,04 g
Kolacja	Herbata ; ser puszysty /Alergeny: 7/; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasek /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/
589 kcal	Sód 69,43 mg, Węglowodany ogółem 87,21 g, w tym cukry 5,62 g, Tłuszcz 16,33 g, Błonnik pokarmowy 3,47 g, Białko ogółem 25,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta bezglutenowa - KOD 11/GL

Śniadanie	chleb bezglutenowy ; keczup /Alergeny: 9/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Parówka na ciepło ; masło extra /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Kielki ; Herbata
869 kcal	Białko ogółem 18,83 g, Błonnik pokarmowy 7,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,3 g, Tłuszcz 49,47 g, w tym cukry 12,79 g, Węglowodany ogółem 74,42 g, Sód 1947,58 mg
Obiad	rosół z lanym ciastem bezglutenowym /Alergeny: 3,7/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; ziemniaki gotowane ; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; bitki duszone ze schabu b/g /Alergeny: 7/; sok vege 0,5
699 kcal	w tym cukry 26,4 g, Białko ogółem 35,11 g, Tłuszcz 11,33 g, Węglowodany ogółem 101,05 g, Sód 822,24 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,54 g, Błonnik pokarmowy 22,41 g
Kolacja	chleb bezglutenowy ; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; papryka świeża /Alergeny: 7/; sałata gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/
907 kcal	Białko ogółem 27,97 g, Błonnik pokarmowy 8,93 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,24 g, Tłuszcz 40,54 g, w tym cukry 15,88 g, Węglowodany ogółem 97,74 g, Sód 829,43 mg
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta bogatoresztkowa - KOD 5

Śniadanie	Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Parówka na ciepło ; Kielki ; keczup /Alergeny: 9/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/
740 kcal	Tłuszcz 48,5 g, Węglowodany ogółem 54,47 g, Sód 2188,72 mg, Białko ogółem 15,95 g, Błonnik pokarmowy 10,22 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g, w tym cukry 6,79 g
Obiad	Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; Kompot śliwkowy ; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/
768 kcal	Tłuszcz 23,21 g, Węglowodany ogółem 94,69 g, Sód 540,71 mg, Białko ogółem 36,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,54 g, w tym cukry 17,9 g, Błonnik pokarmowy 14,2 g
Kolacja	winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; sałata rozszponka /Alergeny: 7/; sałata gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; papryka świeża /Alergeny: 7/
778 kcal	Tłuszcz 39,57 g, Węglowodany ogółem 77,79 g, Sód 1070,57 mg, Błonnik pokarmowy 11,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g, Białko ogółem 25,09 g, w tym cukry 9,88 g

wieczorny posiłek**Sok przecierowy /Alergeny: 7/**

66 kcal

Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta wysokobiałkowa - KOD 9**Śniadanie****Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Ser biały ze szczypiorkiem 60g /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Parówka na ciepło ; Kiełki ; Pomidor /Alergeny: 7/; Herbata ; keczup /Alergeny: 9/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/**

847 kcal

Tłuszcz 50,23 g, Węglowodany ogółem 72,06 g, Sód 1931,49 mg, Błonnik pokarmowy 11,2 g, Białko ogółem 23,18 g, w tym cukry 7,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g

Drugie śniadanie**Banan**

97 kcal

Tłuszcz 0,3 g, Węglowodany ogółem 23,5 g, Sód 1 mg, Błonnik pokarmowy 1,7 g, w tym cukry 12 g

Obiad**Żurek /Alergeny: 1,3,6,9,10,7/; ziemniaki gotowane ; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/**

784 kcal

Tłuszcz 22,75 g, Węglowodany ogółem 99,1 g, Sód 680,51 mg, Błonnik pokarmowy 14,5 g, Białko ogółem 35,92 g, w tym cukry 17,62 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,71 g

Podwieczorek**jogurt naturalny**

90 kcal

Tłuszcz 4,5 g, Węglowodany ogółem 9,3 g, Sód 94,5 mg, Białko ogółem 5,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3 g, w tym cukry 7,95 g

Kolacja**Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; papryka świeża /Alergeny: 7/; sałatka gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; sałata roszponka /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser żółty gouda 60g /Alergeny: 7/**

825 kcal

Tłuszcz 43,35 g, Węglowodany ogółem 77,27 g, Sód 1238,83 mg, Błonnik pokarmowy 9,77 g, Białko ogółem 32,32 g, w tym cukry 10,3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g

wieczorny posiłek**Sok przecierowy /Alergeny: 7/**

66 kcal

Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta bez laktozy - KOD 11/LA**Śniadanie****Chleb razowy /Alergeny: 1/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Parówka na ciepło ; masło extra /Alergeny: 7/; Kiełki ; keczup /Alergeny: 9/; Herbata**

808 kcal

Tłuszcz 48,92 g, Węglowodany ogółem 70,97 g, Sód 2307,22 mg, Błonnik pokarmowy 11,18 g, Białko ogółem 17,6 g, w tym cukry 7,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g

Obiad**Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; ziemniaki gotowane ; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/**

768 kcal

Tłuszcz 23,21 g, Węglowodany ogółem 94,69 g, Sód 540,71 mg, Białko ogółem 36,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,54 g, w tym cukry 17,9 g, Błonnik pokarmowy 14,2 g

Kolacja**chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; sałatka gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; sałata roszponka /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/**

846 kcal

Tłuszcz 39,99 g, Węglowodany ogółem 94,29 g, Sód 1189,07 mg, Błonnik pokarmowy 12,71 g, Białko ogółem 26,74 g, w tym cukry 10,3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g

wieczorny posiłek**Sok przecierowy /Alergeny: 7/**

66 kcal

Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta niskobiałkowa - KOD 10**Śniadanie****masło extra /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; kurczak w galarecie /Alergeny: 7,3/; Ser biały z koperkiem 15g /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Kiełki ; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/**

459 kcal

Tłuszcz 18,02 g, Węglowodany ogółem 47,09 g, Sód 1211,82 mg, Białko ogółem 26,29 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,65 g, Błonnik pokarmowy 6,75 g, w tym cukry 3,98 g

Obiad**Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; Sos chrzanowy /Alergeny: 1,7/; ziemniaki gotowane ; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; Schab duszony 80g /Alergeny: 7,1/; serek homogenizowany**

749 kcal

Tłuszcz 22,27 g, Węglowodany ogółem 116,73 g, Sód 1281,36 mg, Błonnik pokarmowy 12,75 g, w tym cukry 7,88 g, Białko ogółem 33,9 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,37 g

Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałatka ryżowa z ananasek /Alergeny: 7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; sałata roszonek /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/
695 kcal	Tłuszcz 16,63 g, Węglowodany ogółem 113,61 g, Błonnik pokarmowy 5,72 g, Białko ogółem 25,44 g, w tym cukry 5,62 g, Sód 72,43 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g
wieczorny posiłek	Sok przecierowy /Alergeny: 7/
66 kcal	Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta podstawowa komercja

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Herbata ; keczup /Alergeny: 9/; Parówka na ciepło ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Kiełki ; Pomidor /Alergeny: 7/
742 kcal	Tłuszcz 48,26 g, Węglowodany ogółem 58,43 g, Sód 1670,32 mg, Błonnik pokarmowy 7,55 g, Białko ogółem 17,6 g, w tym cukry 7,21 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
Obiad	Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; ziemniaki gotowane ; Kompot śliwkowy
577 kcal	Tłuszcz 13,89 g, Węglowodany ogółem 82,73 g, Sód 369,51 mg, Białko ogółem 31,28 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,54 g, w tym cukry 5,56 g, Błonnik pokarmowy 9,12 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; Herbata ; sałata roszonek /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; sałata gyros /Alergeny: 7,3,10,9/
740 kcal	Tłuszcz 39,69 g, Węglowodany ogółem 67,89 g, Sód 1186,07 mg, Błonnik pokarmowy 10,46 g, Białko ogółem 26,74 g, w tym cukry 10,3 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g

dieta podstawowa dzieci 4-9 lat - KOD P1

Śniadanie	masło extra /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/; Parówka na ciepło 80g ; keczup /Alergeny: 9/; Ser biały z koperkiem 15g /Alergeny: 7/; Herbata
462 kcal	Tłuszcz 34,76 g, Węglowodany ogółem 26,09 g, Sód 890,83 mg, Białko ogółem 12,69 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,1 g, Błonnik pokarmowy 2,07 g, w tym cukry 7,21 g
Drugie śniadanie	jogurt owocowy /Alergeny: 7/
92 kcal	Tłuszcz 2,25 g, Węglowodany ogółem 12,3 g, Sód 70,5 mg, Błonnik pokarmowy 0,45 g, Białko ogółem 5,4 g, w tym cukry 21 g
Obiad	Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; Kompot śliwkowy ; ziemniaki gotowane 150 ; Bitki duszone ze schabu /Alergeny: 7,1/; kapusta czerwona z wiśniami i cynamonem /Alergeny: 7/
497 kcal	Tłuszcz 13,79 g, Węglowodany ogółem 64,43 g, Sód 362,51 mg, Białko ogółem 29,38 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,54 g, w tym cukry 5,56 g, Błonnik pokarmowy 7,62 g
Podwieczorek	kisiel z jabłkiem
72 kcal	Węglowodany ogółem 17,89 g, Sód 8,65 mg, w tym cukry 4,99 g, Błonnik pokarmowy 0,61 g, Tłuszcz 0,12 g
Kolacja	sałata gyros /Alergeny: 7,3,10,9/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; Ser żółty gouda /Alergeny: 7/
487 kcal	Tłuszcz 29,33 g, Sód 757,56 mg, Białko ogółem 19,47 g, Węglowodany ogółem 34,2 g, Błonnik pokarmowy 6,52 g, w tym cukry 9,88 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 5,1 g
wieczorny posiłek	winogrono 100g /Alergeny: 1,3,6,9,10/
71 kcal	Tłuszcz 0,2 g, Węglowodany ogółem 17,6 g, Sód 2 mg, Błonnik pokarmowy 1,5 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,07 g

dieta wegetariańska - KOD 11/WE

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Kiełki ; Herbata ; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
462 kcal	Tłuszcz 17,32 g, Węglowodany ogółem 66,23 g, Sód 1402,82 mg, Błonnik pokarmowy 10,44 g, Białko ogółem 7,4 g, w tym cukry 3,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,82 g
Obiad	Żurek z jajkiem /Alergeny: 7,3/; Jajko sadzone z pieca ze szczypiorkiem /Alergeny: 3,7/; ogórek kiszony /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
646 kcal	Tłuszcz 23,67 g, Węglowodany ogółem 77,36 g, Sód 1413,67 mg, Białko ogółem 26,66 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,13 g, w tym cukry 18,95 g, Błonnik pokarmowy 11,36 g
Kolacja	sałata roszonek /Alergeny: 7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; Herbata ; masło extra /Alergeny: 7/; papryka świeża /Alergeny: 7/; winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/

633 kcal Tłuszcz 26,22 g, Węglowodany ogółem 80,97 g, Sód 1126,74 mg, Błonnik pokarmowy 9,34 g, Białko ogółem 18,56 g, w tym cukry 3,41 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g

wieczorny posiłek Sok przecierowy /Alergeny: 7/

66 kcal Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g

dieta ubogopurynowa

Śniadanie masło extra /Alergeny: 7/; kurczak w galarecie /Alergeny: 7,3/; Kiełki ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pomidor /Alergeny: 7/; Ser biały z koperkiem 15g /Alergeny: 7/; Herbata ; sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/

459 kcal Tłuszcz 18,02 g, Węglowodany ogółem 47,09 g, Sód 1211,82 mg, Białko ogółem 26,29 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,65 g, Błonnik pokarmowy 6,75 g, w tym cukry 3,98 g

Obiad ziemniaki gotowane ; Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; surówka z selera z brzoskwinia /Alergeny: 7/; Kompot śliwkowy ; serek homogenizowany ; Schab duszony 80g /Alergeny: 7,1/; Sos chrzanowy /Alergeny: 1,7/

749 kcal Tłuszcz 22,27 g, Węglowodany ogółem 116,73 g, Sód 1281,36 mg, Błonnik pokarmowy 12,75 g, Białko ogółem 33,9 g, w tym cukry 7,88 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,37 g

Kolacja winogrono /Alergeny: 1,3,6,9,10/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; Sałatka ryżowa z ananasem /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; sałata rozszonka /Alergeny: 7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/

695 kcal Tłuszcz 16,63 g, Węglowodany ogółem 113,61 g, Sód 72,43 mg, Błonnik pokarmowy 5,72 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,76 g, Białko ogółem 25,44 g, w tym cukry 5,62 g

wieczorny posiłek Sok przecierowy /Alergeny: 7/

66 kcal Białko ogółem 0,2 g, w tym cukry 16,2 g, Węglowodany ogółem 16,2 g