

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-05 niedziela	Podstawowa Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka pieczone 180 g (GORCZY) Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Paprykarz 50 g (RYBY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Ogórek 80 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Wędlina Szyinka wiejska wieprzowa 20 g (SOJA)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 900,10 Białko ogółem [g] 143,00 Tłuszcz [g] 104,40 Węglowodany ogółem [g] 351,70 Sól [g] 8,50 kw. nasycone ogółem [g] 41,50 Glukoza [g] 9,40 Fruktoza [g] 11,90 Sacharoza [g] 36,80 Laktoza [g] 13,60 Błonnik pokarmowy [g] 27,50 suma cukrów prostych [g] 71,70
	Dzieci obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka pieczone 180 g (GORCZY) Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Mus 100% owoców 1 szt	Paprykarz 50 g (RYBY) Ogórek 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina Szyinka wiejska wieprzowa 20 g (SOJA)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 3 056,10 Białko ogółem [g] 149,00 Tłuszcz [g] 105,40 Węglowodany ogółem [g] 383,00 Sól [g] 9,10 kw. nasycone ogółem [g] 41,60 Glukoza [g] 9,40 Fruktoza [g] 11,90 Sacharoza [g] 37,00 Laktoza [g] 13,60 Błonnik pokarmowy [g] 29,00 suma cukrów prostych [g] 71,70
	Cukrzyca obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt naturalny 1szt. 100 g (MLEKO)	Wędlina Szyinka wiejska wieprzowa 50 g (SOJA) Ogórek 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Twaróg - plastry 30 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 919,80 Białko ogółem [g] 148,80 Tłuszcz [g] 104,10 Węglowodany ogółem [g] 352,80 Sól [g] 8,60 kw. nasycone ogółem [g] 43,40 Glukoza [g] 8,30 Fruktoza [g] 10,50 Sacharoza [g] 39,50 Laktoza [g] 17,80 Błonnik pokarmowy [g] 28,10 suma cukrów prostych [g] 76,10

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-05 niedziela	Lekkostrawna obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina Szyńska wieprzowa 50 g (SOJA) Liść sałaty 10 g Twaróg - plastry 30 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 890,00 Białko ogółem [g] 158,40 Tłuszcz [g] 101,50 Węglowodany ogółem [g] 340,10 Sól [g] 8,30 kw. nasycone ogółem [g] 42,30 Glukoza [g] 8,70 Fruktoza [g] 11,30 Sacharoza [g] 34,90 Laktoza [g] 14,60 Błonnik pokarmowy [g] 25,00 suma cukrów prostych [g] 69,40
	Wątrobowa obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Liść sałaty 5 g Banan 100 g Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Wędlina Szyńska wieprzowa 50 g (SOJA) Chleb pszenny 100 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Liść sałaty 10 g Twaróg - plastry 30 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 847,90 Białko ogółem [g] 156,00 Tłuszcz [g] 101,20 Węglowodany ogółem [g] 341,90 Sól [g] 7,90 kw. nasycone ogółem [g] 42,30 Glukoza [g] 13,10 Fruktoza [g] 15,00 Sacharoza [g] 45,80 Laktoza [g] 14,60 Błonnik pokarmowy [g] 25,70 suma cukrów prostych [g] 88,40
	Wegietariańska obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Sałatka z brokuła z mozzarellą i słonecznikiem 200 g (MLEKO) Banan 100 g Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Kotlet z jajka 100 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Kompot z owoców i kisielu 250 ml Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO) Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Buraczki gotowane 150 g		Ser żółty Gouda 50 g (MLEKO) Ogórek 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Twaróg - plastry 30 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 891,60 Białko ogółem [g] 111,70 Tłuszcz [g] 114,40 Węglowodany ogółem [g] 370,50 Sól [g] 6,20 kw. nasycone ogółem [g] 37,90 Glukoza [g] 14,90 Fruktoza [g] 16,60 Sacharoza [g] 45,90 Laktoza [g] 14,60 Błonnik pokarmowy [g] 32,10 suma cukrów prostych [g] 91,90

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-05 do dnia 2023-11-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-05 niedziela	Wysokobiałkowa obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO)	Pomarańcza 265 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Udko z kurczaka gotowane 180 g Kompot z owoców i kisielu 250 ml Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 230 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt naturalny 1szt. 100 g (MLEKO)	Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina Szyńka wiejska wieprzowa 100 g (SOJA) Ogórek 80 g Twaróg - plastry 30 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 3 326,90 Białko ogółem [g] 192,10 Tłuszcz [g] 131,10 Węglowodany ogółem [g] 350,10 Sól [g] 10,60 kw. nasycone ogółem [g] 43,60 Glukoza [g] 9,40 Fruktoza [g] 11,90 Sacharoza [g] 37,40 Laktoza [g] 17,80 Błonnik pokarmowy [g] 27,00 suma cukrów prostych [g] 76,30
	Bezmleczna obrz.	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml (SELER) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Kielbasa parówkowa lux wieprz.-drob. 120 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 20 g Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Pomarańcza 265 g	Udko z kurczaka gotowane 180 g Kompot z owoców i kisielu 250 ml Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER) Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki gotowane 200 g (MLEKO) Sos curry 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Mus 100% owoców 1 szt	Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina Szyńka wiejska wieprzowa 80 g (SOJA) Ogórek 80 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 646,10 Białko ogółem [g] 147,40 Tłuszcz [g] 89,60 Węglowodany ogółem [g] 325,90 Sól [g] 8,50 kw. nasycone ogółem [g] 37,70 Glukoza [g] 9,60 Fruktoza [g] 12,00 Sacharoza [g] 36,20 Laktoza [g] 1,50 Błonnik pokarmowy [g] 27,60 suma cukrów prostych [g] 59,30

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-05 do dnia 2023-11-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-06 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	Makaron na mleku 350 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 70 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	zupa grochowa 400ml 400 ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Surówka z kapusty czerwonej 150 g Napój owocowy 250 g Jabłko 1szt 120 g Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Herbata 250ml 200 ml Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 70 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Ogórek 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 820,00 Białko ogółem [g] 134,10 Tłuszcz [g] 74,50 Węglowodany ogółem [g] 420,50 Sól [g] 4,40 kw. nasycone ogółem [g] 38,70 Glukoza [g] 20,30 Fruktoza [g] 24,70 Sacharoza [g] 46,40 Laktoza [g] 21,40 Błonnik pokarmowy [g] 38,60 suma cukrów prostych [g] 112,70
	Dzieci obrzyce	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 70 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	zupa grochowa 400ml 400 ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Napój owocowy 250 g Cukinia gotowana 150 g Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Budyń z musem truskawkowym 250 g (MLEKO)	Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN) Herbata 250ml 250 ml Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 70 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Ogórek 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 800,20 Białko ogółem [g] 140,90 Tłuszcz [g] 61,30 Węglowodany ogółem [g] 436,20 Sól [g] 5,00 kw. nasycone ogółem [g] 38,80 Glukoza [g] 15,70 Fruktoza [g] 15,90 Sacharoza [g] 44,90 Laktoza [g] 25,30 Błonnik pokarmowy [g] 34,50 suma cukrów prostych [g] 101,50
	Cukrzyca obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 70 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Napój owocowy 250 g Cukinia gotowana 150 g Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Budyń b/c 250 ml (MLEKO)	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 100 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Ogórek 80 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 423,10 Białko ogółem [g] 127,50 Tłuszcz [g] 57,60 Węglowodany ogółem [g] 358,40 Sól [g] 4,40 kw. nasycone ogółem [g] 40,50 Glukoza [g] 4,60 Fruktoza [g] 4,90 Sacharoza [g] 34,80 Laktoza [g] 30,50 Błonnik pokarmowy [g] 28,70 suma cukrów prostych [g] 74,60

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-05 do dnia 2023-11-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-06 poniedziałek	Lekkostrawna obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 70 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Cukinia gotowana 150 g Napój owocowy 250 g Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 70 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 10 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 363,30 Białko ogółem [g] 128,60 Tłuszcz [g] 52,60 Węglowodany ogółem [g] 352,70 Sól [g] 4,10 kw. nasycone ogółem [g] 37,50 Glukoza [g] 14,60 Fruktoza [g] 14,90 Sacharoza [g] 33,20 Laktoza [g] 20,60 Błonnik pokarmowy [g] 24,80 suma cukrów prostych [g] 83,20
	Wątrobowa obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 50 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Napój owocowy 250 g Cukinia gotowana 150 g Jabłko gotowane 1szt 120 g Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)		Herbata 250ml 200 ml Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 70 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 10 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 408,40 Białko ogółem [g] 124,70 Tłuszcz [g] 52,60 Węglowodany ogółem [g] 369,40 Sól [g] 4,10 kw. nasycone ogółem [g] 37,30 Glukoza [g] 17,40 Fruktoza [g] 22,50 Sacharoza [g] 36,40 Laktoza [g] 20,60 Błonnik pokarmowy [g] 27,60 suma cukrów prostych [g] 96,80
	Wegetariańska obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Salatka warzywna ze świeżych warzyw 150 g Chleb bałtnowski psz-żyty 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Cukinia gotowana 150 g Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna z warzywami 250 g (GLUTEN, MLEKO, SELER) Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Budyń 250 ml (MLEKO)	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 70 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtnowski psz-żyty 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Ogórek 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 482,40 Białko ogółem [g] 86,20 Tłuszcz [g] 62,50 Węglowodany ogółem [g] 406,50 Sól [g] 4,90 kw. nasycone ogółem [g] 34,70 Glukoza [g] 16,70 Fruktoza [g] 16,70 Sacharoza [g] 62,20 Laktoza [g] 29,30 Błonnik pokarmowy [g] 32,00 suma cukrów prostych [g] 124,70

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2023-11-05 do dnia 2023-11-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-06 poniedziałek	Wysokobiałkowa obrz.	Makaron na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 100 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g	Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLUTEN, MLEKO) Napój owocowy 250 g Cukinia gotowana 150 g Filet z piersi kurczaka gotowany 120 g Sos koperkowy 150 ml (GLUTEN, MLEKO)	Budyń 250 ml (MLEKO)	Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 100 g (MLEKO) Herbata 250ml 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 702,70 Białko ogółem [g] 150,00 Tłuszcz [g] 59,60 Węglowodany ogółem [g] 400,00 Sól [g] 4,30 kw. nasycone ogółem [g] 41,10 Glukoza [g] 14,60 Fruktoza [g] 14,80 Sacharoza [g] 58,20 Laktoza [g] 30,50 Błonnik pokarmowy [g] 26,60 suma cukrów prostych [g] 118,00
	Bezmleczna obrz.	Makaron na wywarze 300 ml (GLUTEN, SELER) Herbata 250ml 200 ml Wędlina schab na kartki wieprzowy 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Liść sałaty 5 g Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g	Herbatniki be-be 16g 1 szt (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Napój owocowy 250 g Zupa jarzynowa 350 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Cukinia gotowana 150 g Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLUTEN, MLEKO) Filet z piersi kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy 100 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Herbata 250ml 200 ml Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa 50 g (SOJA, MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN) Masło roślinne 39% 20 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g Dżem truskawkowy (słoik) 20 g	wafle ryżowe 3 szt 30 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 012,30 Białko ogółem [g] 99,60 Tłuszcz [g] 44,60 Węglowodany ogółem [g] 315,90 Sól [g] 4,70 kw. nasycone ogółem [g] 30,20 Glukoza [g] 9,80 Fruktoza [g] 15,80 Sacharoza [g] 25,40 Laktoza [g] 2,30 Błonnik pokarmowy [g] 27,50 suma cukrów prostych [g] 53,20