

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) wędlina 30 g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) wędlina 30 g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa koperkowa z ryżem 250ml ml (3,7,9,10) Pierś pieczona (1,2,6,7) 120g Ryż 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 250ml ml (3,7,9,10) Pierś pieczona (1,2,6,7) 120g Ryż 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1990 B [g]:92,04 T [g]:48,27 kw. tł.[g]: 8,44 W [g]:298 Bł.[g]: 20,43	E [kcal]: 2109 B[g]: 94,05 T [g]:53,21 kw. tł.[g]: 10,59 W [g]: 323,19 Bł.[g]: 37,85
--	---

JADŁOSPIS WTOREK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Pomidor 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Pomidor 30 g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa ziemniaczana 250ml (1,3,7,9,10) Makaron w sosie mięsno warzywnym 350g (1,2,6,7) Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa ziemniaczana 250ml (1,3,7,9,10) Makaron w sosie mięsno warzywnym 350g (1,2,6,7) Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta rybna 30 g (1,3,7) Ogórek kiszony 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta rybna 30 g (1,3,7) Ogórek kiszony 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1795 B [g]: 83,70 T [g]:49,31 kw. tł.[g]: 10,94 W [g]:254,41 Bł.[g]: 15,92	E [kcal]: 1878 B[g]: 85,71 T [g]: 54,25 kw. tł.[g]: 13,09 W [g]: 279,60 Bł.[g]:33,20
--	--

JADŁOSPIS ŚRODA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa barszcz czerwony 250ml ml (3,7,9,10) Kotlet mielony (1,2,6,7) 120g Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa barszcz czerwony 250ml ml (3,7,9,10) Kotlet mielony (1,2,6,7) 120g Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 70g (7,10) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 70g (7,10) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1752 B [g]:67,11 T [g]: 41,92 kw. tł.[g]: 11,07 W [g]: 282,65 Bł.[g]: 19,95	E [kcal]: 1871 B[g]: 69,18 T [g]:46,86 kw. tł.[g]:13,22 W [g]: 307,92 Bł.[g]:37,23
---	--

JADŁOSPIS CZWARTEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta z soczewicy 70g (7,10) Rzepa 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta z soczewicy 70g (7,10) Rzepa 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa ogórkowa 250ml ml (3,7,9,10) Schab pieczony w sosie (1,2,6,7) 150g Kasza gryczana 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa ogórkowa 250ml ml (3,7,9,10) Schab pieczony w sosie (1,2,6,7) 150g Kasza gryczana 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Papryka 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Papryka 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1734 B [g]: 92,70 T [g]:45,08 kw. tł.[g]:11,01 W [g]:245,48 Bł.[g]: 27,02	E [kcal]:1658 B[g]: 86,46 T [g]:45,80 kw. tł.[g]: 11,01 W [g]: 238,04 Bł.[g]:40,70
--	---

JADŁOSPIS PIĄTEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Paszтет drobiowy 50g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Paszтет drobiowy 50g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa porowa z makaronem 250ml (1,3,6,7,9) Potrawka rybna 200g (1,3,7) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa porowa z makaronem 250ml (1,3,6,7,9) Potrawka rybna 200g (1,3,7) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]:1699 B [g]:75,93 T [g]:53,86kw. tł.[g]: W [g]: 245 Bł.[g]: 18,27	E [kcal]: 1833 B[g]: 78,56 T [g]:60,09 kw. tł.[g]:21,34 W [g]:263,19 Bł.[g]:35,48
--	--

JADŁOSPIS SOBOTA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek 70 g (7) Dżem nisko słodzony 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek 70 g (7) Dżem nisko słodzony 30g Chleb razowy 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa brokółowa 250 ml (3,7,9,10) Potrawka z kurczaka i warzywami 200g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa porowa 250 ml (3,7,9,10) Potrawka z kurczaka i warzywami 200g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30g (1,3,7) Papryka 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30g (1,3,7) Papryka 30 g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1828 B [g]:84,11 T [g]: 58,29 kw. tł.[g]: 13,89 W [g]: 251,92 Bł.[g]: 20,45	E [kcal]: 1948 B[g]:86,27 T [g]:63,33 kw. tł.[g]: 14,78 W [g]:277,06 Bł.[g]:37,73
--	--

JADŁOSPIS NIEDZIELA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasztecik drobiowy 50 g (1,6,7) Papryka 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasztecik drobiowy 50 g (1,6,7) Papryka 30 g Chleb razowy 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Maślanka 170 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 250 ml Schab 150g (1,3,6,7,9) Kasza jęczmienna 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem 250 ml Schab 150g (1,3,6,7,9) Kasza jęczmienna 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) pomidor 30g Chleb razowy 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1707 B [g]:71,74 T [g]:55,25 kw. tł.[g]:9,79 W [g]: 240,66 Bł.[g]: 19,75	E [kcal]: 1827 B[g]: 73,90 T [g]: 60,29 kw. tł.[g]: 10,68 W [g]: 265,80 Bł.[g]:37,03
--	--

JADŁOSPIS PONIEDZIAŁEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) wędlina 30 g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) wędlina 30 g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa pomidorowa z ryżem 250ml ml (3,7,9,10) Pierś duszona w sosie (1,2,6,7) 120g Ryż 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem 250ml ml (3,7,9,10) Pierś pieczona (1,2,6,7) 120g Ryż 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1990 B [g]:92,04 T [g]:48,27 kw. tł.[g]: 8,44 W [g]:298 Bł.[g]: 20,43	E [kcal]: 2109 B[g]: 94,05 T [g]:53,21 kw. tł.[g]: 10,59 W [g]: 323,19 Bł.[g]: 37,85
---	--

JADŁOSPIS WTOREK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Pomidor 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek z koperkiem 70 g (7) Pomidor 30 g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa jarzynowa 250ml (1,3,7,9,10) Makaron z wieprzowiną w sosie śmietanowy 350g (1,2,6,7) Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa jarzynowa 250ml (1,3,7,9,10) Makaron z wieprzowiną w sosie śmietanowy 350g (1,2,6,7) Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta rybna 30 g (1,3,7) Ogórek kiszony 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta rybna 30 g (1,3,7) Ogórek kiszony 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1795 B [g]: 83,70 T [g]:49,31 kw. tł.[g]: 10,94 W [g]:254,41 Bł.[g]: 15,92	E [kcal]: 1878 B[g]: 85,71 T [g]: 54,25 kw. tł.[g]: 13,09 W [g]: 279,60 Bł.[g]:33,20
---	---

JADŁOSPIS ŚRODA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa krupnik 250ml ml (3,7,9,10) Pierś pieczona z masłem czosnkowym (1,2,6,7) 120g Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa krupnik 250ml ml (3,7,9,10) Pierś pieczona z masłem czosnkowym (1,2,6,7) 120g Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 70g (7,10) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 70g (7,10) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1752 B [g]:67,11 T [g]: 41,92 kw. tł.[g]: 11,07 W [g]: 282,65 Bł.[g]: 19,95	E [kcal]: 1871 B[g]: 69,18 T [g]:46,86 kw. tł.[g]:13,22 W [g]: 307,92 Bł.[g]:37,23
---	--

JADŁOSPIS CZWARTEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta z soczewicy 70g (7,10) Rzepa 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasta z soczewicy 70g (7,10) Rzepa 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa żurek z jajkiem 250ml ml (3,7,9,10) Schab duszony w sosie (1,2,6,7) 150g Kasza gryczana 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa ogórkowa 250ml ml (3,7,9,10) Schab pieczony w sosie (1,2,6,7) 150g Kasza gryczana 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Papryka 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 70g (7,10) Papryka 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1734 B [g]: 92,70 T [g]:45,08 kw. tł.[g]:11,01 W [g]:245,48 Bł.[g]: 27,02	E [kcal]:1658 B[g]: 86,46 T [g]:45,80 kw. tł.[g]: 11,01 W [g]: 238,04 Bł.[g]:40,70
--	---

JADŁOSPIS PIĄTEK

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Paszтет drobiowy 50g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Paszтет drobiowy 50g (1,3,7) Ogórek 30g Chleb graham 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa minestrone 250ml (1,3,6,7,9) Paluszki rybne 150g (1,3,7) Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa minestrone 250ml (1,3,6,7,9) Paluszki rybne 150g (1,3,7) Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 30g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]:1699 B [g]:75,93 T [g]:53,86kw. tł.[g]: W [g]: 245 Bł.[g]: 18,27	E [kcal]: 1833 B[g]: 78,56 T [g]:60,09 kw. tł.[g]:21,34 W [g]:263,19 Bł.[g]:35,48
--	--

JADŁOSPIS SOBOTA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek 70 g (7) Dżem nisko słodzony 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Twarożek 70 g (7) Dżem nisko słodzony 30g Chleb razowy 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Jogurt naturalny 2% tł. 175 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa kalafiorowa 250 ml (3,7,9,10) Potrawka z wieprzowa i warzywami 200g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa kalafiorowa 250 ml (3,7,9,10) Potrawka z wieprzowa i warzywami 200g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30g (1,3,7) Papryka 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30g (1,3,7) Papryka 30 g Chleb graham 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1828 B [g]:84,11 T [g]: 58,29 kw. tł.[g]: 13,89 W [g]: 251,92 Bł.[g]: 20,45	E [kcal]: 1948 B[g]:86,27 T [g]:63,33 kw. tł.[g]: 14,78 W [g]:277,06 Bł.[g]:37,73
--	--

JADŁOSPIS NIEDZIELA

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasztecik drobiowy 50 g (1,6,7) Ogórek 30 g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Pasztecik drobiowy 50 g (1,6,7) Ogórek 30 g Chleb razowy 120g (1)

II ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Maślanka 170 g (7)

OBIAD

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Zupa rosół z makaronem 250 ml Pieczeń rzymska 150g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml	Zupa rosół z makaronem 250 ml Pieczeń rzymska 150g (1,3,6,7,9) Ziemniaki 200g Surówka 100g Kompot z mieszanki owocowej 200 ml

PODWIECZOREK

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
	Owoc 1 szt.

KOLACJA

DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) pomidor 30g Chleb pszenny 120g (1)	Margaryna miękka 80% tł. 10 g (7) Wędlina 30 g (1,3,7) pomidor 30g Chleb razowy 120g (1)

SUMA:

E [kcal]: 1707 B [g]:71,74 T [g]:55,25 kw. tł.[g]:9,79 W [g]: 240,66 Bł.[g]: 19,75	E [kcal]: 1827 B[g]: 73,90 T [g]: 60,29 kw. tł.[g]: 10,68 W [g]: 265,80 Bł.[g]:37,03
---	---

Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.