

### Dieta podstawowa 11.12.2023r - 17.12.2023r.

	Dzień 11.12.2023r (poniedziałek)	Dzień 12.12.2023r (wtorek)	Dzień 13.12.2023r (środa)	Dzień 14.12.2023r (czwartek)	Dzień 15.12.2023r (piątek)	Dzień 16.12.2023r (sobota)	Dzień 17.12.2023r (niedziela)
I Śniadanie	Żurek z kiełbasą [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorzycy/ masło 82% [10g], Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa mleczna z kaszą manną i dżemem /gluten, mleko, /; Masło 82% [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Sałátka makaronowa z warzywami [100g] /mąka pszenna, seler, białko mleka, gorczyca/; Wędlina [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorzycy/; Masło 82% [10g]; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa mleczna z ciastem zacieranym [400ml] /mleko, mąka pszenna, jaja/.; Dżem [30g]; Masło 82% [10g]; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Barszcz z jajkiem [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe/, Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorzycy/, Masło [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorzycy/, Pasta pomidorowa z jabłkiem.; [30g]; Masło [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/ Herbata, napar bez cukru [240g];
II Śniadanie	Jabłko [150g];	Chrupki kukurydziane [30g];	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	Jogurt pitny [250g];

<b>Obiad</b>	Krupnik z ziemniakami [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszenny;/ Fasolka po bretońsku [300g] /białko sojowe, mąka pszenna, gluten pszenny, białko mleka, gorczyca/ bułka pszenna [90g] /mąka pszenna, mąka żytnia;/ Herbata, napar bez cukru - [240g];	Zupa kminkowa. [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszenny;/ Kotlet mielony drobiowy [100g] /mąka pszenna, mąka żytnia, jaja;/ Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, ogórkiem, cebuli i olejem [150g] Ziemniaki [150g];	Barszcz ukraiński z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Naleśniki z serem [300g] /mąka pszenna, mąka żytnia, jaja, białko mleka;/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Zrazy mielone duszone z sosem [150g] /jaja, mąka pszenna, mąka żytnia/ z kaszą gryczaną [150g]; Buraki zasmażane [150g] /mąka pszenna, białko mleka/.; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem. [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Kopytka okraszane masłem [300g] /mąka pszenna, jaja, białko mleka/ ; Surówka owocowo - warzywna z bakaliami [150g] /białko mleka/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z makaronem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/.; Kaszanka z cebulką [300g] /gluten/; Sałatka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli z olejem [150g]; Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Filet drobiowy duszony w sosie curry [150g] /białko mleka, mąka pszenna/ .; Surówka z kapusty pekińskiej i oleju [150g] ;Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>Podwieczorek</b>	Kanapka /mąka pszenna, mąka żytnia/ z pasztetem /mleko w proszku, soja, pszenica/.	Sok jabłkowy - [200ml];	Bułka [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ ser topiony [17g];	Drożdżówka [90g] /mąka pszenna, białko mleka, jaja/;	Kanapki [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ z serkiem [17g];	Bułka maślana [50g] /mąka pszenna, jaja/ białko mleka/;	Ciastka owsiane [50g] /gluten pszenny, jęczmienny, jaja, mleko, możliwość orzechy arachidowe, sezam, pochodne soi/; Jabłko [150g];
<b>Kolacja</b>	Pasta jajeczno – serowa [80g] /	Pasta rybna z jarzynami	Pasta z jajek z musztardą,	Galaretka drobiowa z	Sałatka rybno – jarzynowa [80g]	Twarożek z koperkiem i	Twarożek z pomidorem

	białko mleka/, <b>Masło</b> 82% [10g], Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	gotowanymi [80g] / seler, białko mleka, gorczyca./; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	majerankiem i zieleniną [80g] /gorczyca, białko mleka./; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	cytryną [180g] /seler/; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	/seler/; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	rzodkiewką [80g] <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	[80g] .; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>RAZEM</b>	Energia [kcal]: 2207.6 Białko [g]: 90.7 Tłuszcz [g]: 68.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.0 Węglowodany og. [g]: 330.0 Błonnik [g]: 31.7 Cukier [g]: 11.6	Energia [kcal]: 1974.5 Białko [g]: 72.1 Tłuszcz [g]: 63.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.0 Węglowodany og. [g]: 290.1 Błonnik [g]: 19.3 Cukier [g]: 16.7	Energia [kcal]: 1889.5 Białko [g]: 71.2 Tłuszcz [g]: 55.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.0 Węglowodany og. [g]: 281.3 Błonnik [g]: 20.1 Cukier [g]: 21.2	Energia [kcal]: 2176.5 Białko [g]: 85.1 Tłuszcz [g]: 56.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 9.6 Węglowodany og. [g]: 345.2 Błonnik [g]: 22.5 Cukier [g]: 19.6	Energia [kcal]: 1866.2 Białko [g]: 55.1 Tłuszcz [g]: 44.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 7.5 Węglowodany og. [g]: 325.9 Błonnik [g]: 23.4 Cukier [g]: 13.9	Energia [kcal]: 1807.6 Białko [g]: 71.0 Tłuszcz [g]: 55.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 25.5 Węglowodany og. [g]: 264.3 Błonnik [g]: 16.7 Cukier [g]: 6.9	Energia [kcal]: 1738.8 Białko [g]: 76.7 Tłuszcz [g]: 41.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.2 Węglowodany og. [g]: 270.8 Błonnik [g]: 20.7 Cukier [g]: 7.4

### Dieta łatwo strawna 11.12.2023r - 17.12.2023r.

	Dzień 11.12.2023r (poniedziałek)	Dzień 12.12.2023r (wtorek)	Dzień 13.12.2023r (środa)	Dzień 14.12.2023r (czwartek)	Dzień 15.12.2023r (piątek)	Dzień 16.12.2023r (sobota)	Dzień 17.12.2023r (niedziela)
I Śniadanie	Żurek z kielbasą [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, seler i gorzycy/ masło 82% [10g], Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa mleczna z kaszą manną i dżemem /gluten, mleko, /; Masło 82% [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Salatka makaronowa z warzywami [100g] /mąka pszenna, seler, białko mleka, gorczyca/; Wędlina [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, seler i gorzycy/; Masło 82% [10g]; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa mleczna z ciastem zacieranym [400ml] /mleko, mąka pszenna, jaja/; Dżem [30g]; Masło 82% [10g]; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Barszcz z jajkiem [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe/, Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, seler i gorzycy/, Masło [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, seler i gorzycy/, Pasta pomidorowa z jabłkiem; [30g]; Masło [10g]; Chleb zwykły [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Bułka wyborowa [50g] /mąka pszenna, jaja/ Herbata, napar bez cukru [240g];
II Śniadanie	Jabłko [150g];	Chrupki kukurydziane	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	Jogurt pitny [250g];

		[30g];					
<b>Obiad</b>	Krupnik z ziemniakami [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszeniczny/; Makaron z potrawką drobiowo - jarzynową [300g] /mąka pszenna, jaja, białko mleka, seler/ Herbata, napar bez cukru - [240g];	Zupa kminkowa. [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszeniczny/; Pulpet drobiowy w sosie [150g] /mąka pszenna, mąka żytnia, jaja/; Marchewka oprószana [150g] /białko mleka, mąka pszenna/ Ziemniaki [150g];	Barszcz ukraiński z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/; Ryż z jabłkiem i cynamonem [300g] /białko mleka/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/; Zrazy mielone duszone z sosem [150g] /jaja, mąka pszenna, mąka żytnia/ z kaszą jęczmienną [150g]; Buraki zasmażane [150g] /mąka pszenna, białko mleka/.; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem. [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/; Kopytka okraszone masłem [300g] /mąka pszenna, jaja, białko mleka/ ; Surówka owocowo - warzywna z bakaliami [150g] /białko mleka/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z makaronem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/.; Potrawka z kurczakiem z jarzynami [150g] /mąka pszenna, białko mleka, seler/; Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/; Filet drobiowy duszony w sosie curry [150g] /białko mleka, mąka pszenna/ .; Surówka z kapusty pekińskiej i oleju [150g] ;Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>Podwieczorek</b>	Kanapka /mąka pszenna, mąka żytnia/ z pasztetem /mleko w proszku, soja, pszenica/.	Sok jabłkowy - [200ml];	Bułka [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ ser topiony [17g];	Drożdżówka [90g] /mąka pszenna, białko mleka, jaja/;	Kanapki [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ z serkiem [17g];	Bułka maślana [50g] /mąka pszenna, jaja/ białko mleka/;	Ciastka owsiane [50g] /gluten pszeniczny, jęczmienny, jaja, mleko, możliwość orzechy arachidowe, sezam, pochodne soi/; Jabłko [150g];
<b>Kolacja</b>	Pasta jajeczno - serowa [80g] /	Pasta rybna z jarzynami	Pasta z jajek z musztardą,	Galaretka drobiowa z	Sałatka rybno - jarzynowa [80g]	Twarożek z koperkiem i	Twarożek z pomidorem

	białko mleka/, <b>Masło</b> 82% [10g], Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	gotowanymi [80g] / seler, białko mleka, gorczyca/.; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	majerankiem i zieleniną [80g] /gorczyca, białko mleka/.; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	cytryną [180g] /seler/; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	/seler/; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	rzodkiewką [80g] <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	[80g] .; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [75g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Chleb zwykły [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>RAZEM</b>	Energia [kcal]: 1946.4 Białko [g]: 77.9 Tłuszcz [g]: 60.0 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.6 Węglowodany og. [g]: 330.0 Błonnik [g]: 18.0 Cukier [g]: 9.1	Energia [kcal]: 1760.2 Białko [g]: 68.7 Tłuszcz [g]: 45.8 Kwasy tł.nasycone [g]: 16.8 Węglowodany og. [g]: 277.6 Błonnik [g]: 18.4 Cukier [g]: 16.4	Energia [kcal]: 1946.7 Białko [g]: 59.2 Tłuszcz [g]: 47.7 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.0 Węglowodany og. [g]: 329.3 Błonnik [g]: 25.8 Cukier [g]: 20.9	Energia [kcal]: 2176.5 Białko [g]: 85.1 Tłuszcz [g]: 56.2 Kwasy tł.nasycone [g]: 9.6 Węglowodany og. [g]: 345.2 Błonnik [g]: 22.5 Cukier [g]: 19.6	Energia [kcal]: 1866.2 Białko [g]: 55.1 Tłuszcz [g]: 44.4 Kwasy tł.nasycone [g]: 7.5 Węglowodany og. [g]: 325.9 Błonnik [g]: 23.4 Cukier [g]: 13.9	Energia [kcal]: 1640.0 Białko [g]: 76.5 Tłuszcz [g]: 39.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.9 Węglowodany og. [g]: 252.4 Błonnik [g]: 16.8 Cukier [g]: 7.7	Energia [kcal]: 1738.8 Białko [g]: 76.7 Tłuszcz [g]: 41.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.2 Węglowodany og. [g]: 270.8 Błonnik [g]: 20.7 Cukier [g]: 7.4

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 11.12.2023r - 17.12.2023r.**

	<b>Dzień 11.12.2023r (poniedziałek)</b>	<b>Dzień 12.12.2023r (wtorek)</b>	<b>Dzień 13.12.2023r (środa)</b>	<b>Dzień 14.12.2023r (czwartek)</b>	<b>Dzień 15.12.2023r (piątek)</b>	<b>Dzień 16.12.2023r (sobota)</b>	<b>Dzień 17.12.2023r (niedziela)</b>
<b>I Śniadanie</b>	Żurek z kiełbasą [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/ <b>Masło</b> 82% [10g], Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/, <b>Masło</b> [10g]; Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Salatka makaronowa z warzywami [100g] /mąka pszenna, seler, białko mleka, gorczyca/; Wędlina [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/; <b>Masło</b> 82% [10g]; Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/, <b>Masło</b> [10g]; Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Barszcz z jajkiem [400ml], /mąka pszenna, mleko, jaja, może zawierać gluten, soja, seler, gorczyca, sezam, łubin, białko sojowe/, Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/, <b>Masło</b> [10g]; Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];	Szynka [40g] /białko sojowe, możliwość glutenu, laktozy, selera i gorczycy/, Pasta pomidorowa z jabłkiem.; [30g]; <b>Masło</b> [10g]; Chleb razowy [125g] /mąka pszenna, mąka żytnia/; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>II Śniadanie</b>	Jabłko [150g];	Chrupki kukurydziane [30g];	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	Kisiel [200g];	Jabłko [150g];	<b>Jogurt</b> pitny [250g];

<b>Obiad</b>	Krupnik z ziemniakami [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszenny;/ Makaron z potrawką drobiowo - jarzynową [300g] /mąka pszenna, jaja, białko mleka, seler/ Herbata, napar bez cukru - [240g];	Zupa kminkowa. [400 ml] /seler, białko mleka, gluten pszenny;/ Pulpet drobiowy w sosie [150g] /mąka pszenna, mąka żytnia, jaja;/ Marchewka oprószana [150g] /białko mleka, mąka pszenna/ Ziemniaki [150g];	Barszcz ukraiński z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Ryż z jabłkiem i cynamonem [300g] /białko mleka;/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ziemniakami [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Zrazy mielone duszone z sosem [150g] /jaja, mąka pszenna, mąka żytnia/ z kaszą gryczaną [150g]; Buraki zasmażane [150g] /mąka pszenna, białko mleka/.; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem. [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Kopytka okraszone masłem [300g] /mąka pszenna, jaja, białko mleka/ ; Surówka owocowo - warzywna z bakaliami [150g] /białko mleka/ Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z makaronem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler/.; Potrawka z kurczakiem z jarzynami [150g] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];	Zupa jarzynowa z ryżem [400ml] /mąka pszenna, białko mleka, seler;/ Filet drobiowy duszony w sosie curry [150g] /białko mleka, mąka pszenna/ .; Surówka z kapusty pekińskiej i oleju [150g] ;Ziemniaki [150g]; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>Podwieczorek</b>	Kanapka /mąka pszenna, mąka żytnia/ z pasztetem /mleko w proszku, soja, pszenica/.	Sok jabłkowy - [200ml];	Bułka [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ ser topiony [17g];	Drożdżówka [90g] /mąka pszenna, białko mleka, jaja/;	Kanapki [50g] /mąka pszenna, mąka żytnia/ z serkiem [17g];	Bułka maślana [50g] /mąka pszenna, jaja/ białko mleka/;	Ciastka owsiane [50g] /gluten pszenny, jęczmienny, jaja, mleko, możliwość orzechy arachidowe, sezam, pochodne soi/; Jabłko [150g];
<b>Kolacja</b>	Pasta jajeczno - serowa [80g] / białko mleka/,	Pasta rybna z jarzynami gotowanymi	Pasta z jajek z musztardą, majerankiem i	Galaretką drobiową z cytryną [180g]	Sałatka rybno - jarzynowa [80g] /seler/;	Twarożek z koperkiem i rzodkiewką	Twarożek z pomidorem [80g] .;



	<b>Masło 82%</b> [10g], Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	[80g] / <b>seler, białko mleka, gorczyca</b> /.; <b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [75g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Chleb zwykły [50g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	zieleniną [80g] / <b>gorczyca, białko mleka</b> /.; <b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	/ <b>seler</b> /; <b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	<b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	[80g] <b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];	<b>Masło 82%</b> [10g]; Chleb razowy [125g] / <b>mąka pszenna, mąka żytnia</b> /; Herbata, napar bez cukru [240g];
<b>RAZEM</b>	Energia [kcal]: 1946.4 Białko [g]: 77.9 Tłuszcz [g]: 60.0 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.6 Węglowodany og. [g]: 330.0 Błonnik [g]: 18.0 Cukier [g]: 9.1	Energia [kcal]: 1488.3 Białko [g]: 61.9 Tłuszcz [g]: 40.9 Kwasy tł.nasycone [g]: 12.4 Węglowodany og. [g]: 221.3 Błonnik [g]: 25.5 Cukier [g]: 6.8	Energia [kcal]: 1925.3 Białko [g]: 60.8 Tłuszcz [g]: 47.0 Kwasy tł.nasycone [g]: 12.4 Węglowodany og. [g]: 319.8 Błonnik [g]: 33.8 Cukier [g]: 20.9	Energia [kcal]: 1920.6 Białko [g]: 78.4 Tłuszcz [g]: 50.0 Kwasy tł.nasycone [g]: 9.6 Węglowodany og. [g]: 298.2 Błonnik [g]: 31.9 Cukier [g]: 19.3	Energia [kcal]: 1844.8 Białko [g]: 56.9 Tłuszcz [g]: 44.6 Kwasy tł.nasycone [g]: 7.5 Węglowodany og. [g]: 313.5 Błonnik [g]: 35.9 Cukier [g]: 15.0	Energia [kcal]: 1620.0 Białko [g]: 77.7 Tłuszcz [g]: 39.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 19.9 Węglowodany og. [g]: 242.6 Błonnik [g]: 26.5 Cukier [g]: 7.7	Energia [kcal]: 1745.7 Białko [g]: 78.4 Tłuszcz [g]: 45.5 Kwasy tł.nasycone [g]: 14.2 Węglowodany og. [g]: 258.8 Błonnik [g]: 28.3 Cukier [g]: 7.4