

JADŁOSPIS NA 2025-02-24 (poniedziałek)

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
785 kcal	Tłuszcz 27,11 g, Węglowodany ogółem 105,86 g, Sód 513,06 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Białko ogółem 21,87 g, w tym cukry 26,92 g, Błonnik pokarmowy 10 g
Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kotlet z jaj (smażony) /Alergeny: 3,7/; Marchewka z groszkiem /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
1218 kcal	Tłuszcz 63,23 g, Węglowodany ogółem 134,08 g, Sód 1218,8 mg, Błonnik pokarmowy 16,88 g, w tym cukry 25,75 g, Białko ogółem 35,05 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 12,32 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Kiełbasa z cebulką /Alergeny: 10/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Musztarda /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
603 kcal	Tłuszcz 27,36 g, Węglowodany ogółem 62,83 g, Sód 1322,03 mg, Błonnik pokarmowy 6,9 g, Białko ogółem 25,86 g, w tym cukry 7,42 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; masło extra /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
680 kcal	Tłuszcz 25,14 g, w tym cukry 26,74 g, Białko ogółem 24,57 g, Błonnik pokarmowy 4,85 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Węglowodany ogółem 82,51 g, Sód 539,07 mg
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; marchew gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
879 kcal	Tłuszcz 37,02 g, Węglowodany ogółem 117,97 g, Sód 969,32 mg, Błonnik pokarmowy 13,16 g, Białko ogółem 21,03 g, w tym cukry 29,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,47 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
391 kcal	Tłuszcz 18,36 g, Węglowodany ogółem 40,9 g, Błonnik pokarmowy 1,84 g, Białko ogółem 17,07 g, w tym cukry 7,54 g, Sód 285,32 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; sałata roszponka /Alergeny: 7/; Kiwi
603 kcal	Tłuszcz 25,47 g, Węglowodany ogółem 65,28 g, Sód 264,57 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Białko ogółem 20,22 g, w tym cukry 19,51 g, Błonnik pokarmowy 6,07 g
Drugie śniadanie	sok pomidorowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
66 kcal	Błonnik pokarmowy 3,63 g, Tłuszcz 0,66 g, Węglowodany ogółem 12,54 g, Sód 636,9 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,17 g
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; Surowka wielowarzywna /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; Zytne ciasto czekoladowe /Alergeny: 7,3,1,9/
760 kcal	Tłuszcz 23,26 g, Węglowodany ogółem 67,12 g, Sód 813,75 mg, Błonnik pokarmowy 18,26 g, Białko ogółem 31,85 g, w tym cukry 10,4 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,13 g
Podwieczorek	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

Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
384 kcal	Tłuszcz 19,79 g, Węglowodany ogółem 37,07 g, Sód 507,85 mg, Błonnik pokarmowy 5,58 g, Białko ogółem 12,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g, w tym cukry 0,31 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta lekkostrawna z ogr. tłuszczu - KOD 7

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Masło roślinne ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
494 kcal	Tłuszcz 13,76 g, w tym cukry 14,98 g, Białko ogółem 15,96 g, Błonnik pokarmowy 4,85 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,28 g, Węglowodany ogółem 70,17 g, Sód 431,32 mg
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; jajko sadzone z pieca /Alergeny: 3/; marchew gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
809 kcal	Tłuszcz 31,52 g, Węglowodany ogółem 117,67 g, Sód 859,97 mg, Błonnik pokarmowy 13,16 g, Białko ogółem 14,53 g, w tym cukry 28,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,82 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Masło roślinne ; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
333 kcal	Tłuszcz 11,98 g, Węglowodany ogółem 40,82 g, Błonnik pokarmowy 1,84 g, Białko ogółem 16,96 g, w tym cukry 7,54 g, Sód 290,07 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
wieczorny posiłek	jabłko pieczone
50 kcal	Tłuszcz 0,4 g, Węglowodany ogółem 12,1 g, Sód 2 mg, Błonnik pokarmowy 2 g

dieta bezglutenowa - KOD 11/GL

Śniadanie	Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; chleb bezglutenowy ; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
689 kcal	Tłuszcz 22,86 g, Węglowodany ogółem 87,31 g, Sód 153,42 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,18 g, Białko ogółem 17,1 g, w tym cukry 31,95 g, Błonnik pokarmowy 5,02 g
Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kotlet z jaj (smażony) /Alergeny: 3,7/; Marchewka z groszkiem /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki ; Sok tłoczony 100% /Alergeny: 7/
753 kcal	Tłuszcz 39,05 g, Węglowodany ogółem 79,38 g, Sód 1160,24 mg, Błonnik pokarmowy 15,09 g, w tym cukry 8,84 g, Białko ogółem 32,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,66 g
Kolacja	chleb bezglutenowy ; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
553 kcal	Białko ogółem 15,63 g, Błonnik pokarmowy 3,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,96 g, Tłuszcz 20,93 g, w tym cukry 13,3 g, Węglowodany ogółem 66,44 g, Sód 285,32 mg
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta bogatoresztkowa - KOD 5

Śniadanie	Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; sałata roszponka /Alergeny: 7/; Kiwi
603 kcal	Tłuszcz 25,47 g, Węglowodany ogółem 65,28 g, Sód 264,57 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Białko ogółem 20,22 g, w tym cukry 19,51 g, Błonnik pokarmowy 6,07 g
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; Surowka wielowarzywna /Alergeny: 7/; fasolka szparagowa z wody ; Kompot wiśniowy ; grejfruty
499 kcal	Tłuszcz 14,26 g, Węglowodany ogółem 79,99 g, Sód 1079,59 mg, Błonnik pokarmowy 17,89 g, Białko ogółem 20,13 g, w tym cukry 10,12 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,3 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
384 kcal	Tłuszcz 19,79 g, Węglowodany ogółem 37,07 g, Sód 507,85 mg, Błonnik pokarmowy 5,58 g, Białko ogółem 12,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g, w tym cukry 0,31 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)

60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g
---------	---

dzienna szkoła

Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kotlet z jaj (smażony) /Alergeny: 3,7/; Marchewka z groszkiem /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki
753 kcal	Tłuszcz 39,05 g, Węglowodany ogółem 79,38 g, Sód 1160,24 mg, Błonnik pokarmowy 15,09 g, w tym cukry 8,84 g, Białko ogółem 32,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,66 g

dieta wysokobiałkowa - KOD 9

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser żółty edamski /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; sałata roszponka /Alergeny: 7/; Kiwi
664 kcal	Tłuszcz 34,51 g, Węglowodany ogółem 53,08 g, Sód 522,87 mg, Błonnik pokarmowy 6,07 g, w tym cukry 7,75 g, Białko ogółem 27,38 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,93 g
Drugie śniadanie	jogurt skyr owocowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
84 kcal	Białko ogółem 15,4 g, Węglowodany ogółem 5,6 g, w tym cukry 5,32 g
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; Surowka wielowarzynna /Alergeny: 7/; fasolka szparagowa z wody ; Kompot wiśniowy ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/; Owsianka z owocami /Alergeny: 1,7/
1205 kcal	Tłuszcz 44,67 g, Węglowodany ogółem 169,54 g, Sód 1228,95 mg, Błonnik pokarmowy 21,48 g, Białko ogółem 33,64 g, w tym cukry 43,03 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,34 g
Podwieczorek	budyń na mleku /Alergeny: 1,7,9/
85 kcal	Tłuszcz 3 g, Węglowodany ogółem 9,39 g, Sód 67,53 mg, Błonnik pokarmowy 0 g, Białko ogółem 5,11 g, w tym cukry 9,08 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,79 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata bez cukru 250ml ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
384 kcal	Tłuszcz 19,79 g, Węglowodany ogółem 37,07 g, Sód 507,85 mg, Błonnik pokarmowy 5,58 g, Białko ogółem 12,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g, w tym cukry 0,31 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta bez laktozy - KOD 11/LA

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały b/l ze szczypiorkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
622 kcal	Tłuszcz 20,93 g, w tym cukry 15,44 g, Białko ogółem 8,93 g, Błonnik pokarmowy 9,99 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,93 g, Węglowodany ogółem 91,21 g, Sód 384,08 mg
Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kotlet z jaj (smażony) /Alergeny: 3,7/; Marchewka z groszkiem /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
1218 kcal	Tłuszcz 63,23 g, Węglowodany ogółem 134,08 g, Sód 1218,8 mg, Błonnik pokarmowy 16,88 g, w tym cukry 25,75 g, Białko ogółem 35,05 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 12,32 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Kiełbasa z cebulką /Alergeny: 10/; ser żółty gouda /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Musztarda /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
679 kcal	Tłuszcz 34,78 g, Węglowodany ogółem 57,38 g, Sód 1672,53 mg, Błonnik pokarmowy 6,87 g, Białko ogółem 33,75 g, w tym cukry 7,42 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta niskobiałkowa - KOD 10

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; masło extra /Alergeny: 7/; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
680 kcal	Tłuszcz 25,14 g, w tym cukry 26,74 g, Białko ogółem 24,57 g, Błonnik pokarmowy 4,85 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Węglowodany ogółem 82,51 g, Sód 539,07 mg

Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Jajko sadzone z pieca /Alergeny: 7,3/; marchew gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
879 kcal	Tłuszcz 37,02 g, Węglowodany ogółem 117,97 g, Sód 969,32 mg, Błonnik pokarmowy 13,16 g, Białko ogółem 21,03 g, w tym cukry 29,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 6,47 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
391 kcal	Tłuszcz 18,36 g, Węglowodany ogółem 40,9 g, Błonnik pokarmowy 1,84 g, Białko ogółem 17,07 g, w tym cukry 7,54 g, Sód 285,32 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g
wieczorny posiłek	baton crunchy owocowy /Alergeny: 1/
169 kcal	Białko ogółem 1,48 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 3,24 g, Tłuszcz 5,2 g, w tym cukry 14,4 g, Węglowodany ogółem 28,8 g

dieta podstawowa komercja

Śniadanie	Zupa mleczna z budyniem /Alergeny: 7,1,9/; Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały ze szczyp., rzodkiewką i czarnuszką /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/
663 kcal	Tłuszcz 26,24 g, Węglowodany ogółem 76,85 g, Sód 390,96 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 11,9 g, Białko ogółem 20,22 g, w tym cukry 19,3 g, Błonnik pokarmowy 7,15 g
Obiad	Zupa ogórkowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; Kotlet z jaj (smażony) /Alergeny: 3,7/; Marchewka z groszkiem /Alergeny: 7/; Kompot z czarnej porzeczki
753 kcal	Tłuszcz 39,05 g, Węglowodany ogółem 79,38 g, Sód 1160,24 mg, Błonnik pokarmowy 15,09 g, w tym cukry 8,84 g, Białko ogółem 32,18 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9,66 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; Kielbasa z cebulką /Alergeny: 10/; Musztarda /Alergeny: 7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
518 kcal	Tłuszcz 26,14 g, Węglowodany ogółem 45,79 g, Sód 1192,19 mg, Błonnik pokarmowy 3,96 g, Białko ogółem 25,86 g, w tym cukry 7,42 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g

dieta ubogopurynowa

Śniadanie	Bułka kukurydziana /Alergeny: 1,7/; Masło roślinne ; chleb pszenny /Alergeny: 1/; Herbata ; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pierś gotowana z indyka Bianka /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata /Alergeny: 7/; Kiwi
494 kcal	Tłuszcz 13,76 g, w tym cukry 14,98 g, Białko ogółem 15,96 g, Błonnik pokarmowy 4,85 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,28 g, Węglowodany ogółem 70,17 g, Sód 431,32 mg
Obiad	Zupa jarzynowa /Alergeny: 7/; ziemniaki gotowane ; jajko sadzone z pieca /Alergeny: 3/; marchew gotowana /Alergeny: 7/; Kompot wiśniowy ; placek maślankowy /Alergeny: 1,7,3/
809 kcal	Tłuszcz 31,52 g, Węglowodany ogółem 117,67 g, Sód 859,97 mg, Błonnik pokarmowy 13,16 g, Białko ogółem 14,53 g, w tym cukry 28,56 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 4,82 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Masło roślinne ; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
333 kcal	Tłuszcz 11,98 g, Węglowodany ogółem 40,82 g, Błonnik pokarmowy 1,84 g, Białko ogółem 16,96 g, w tym cukry 7,54 g, Sód 290,07 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,83 g
wieczorny posiłek	jabłko pieczone
50 kcal	Tłuszcz 0,4 g, Węglowodany ogółem 12,1 g, Sód 2 mg, Błonnik pokarmowy 2 g