

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posiłek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|---|---|--|--|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),dżem niskosłodzony wiśniowy(25g),sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Zupa szpinakowa z makaronem zabieleną śmietaną 30%(300g),ziemniaki (250g),bitki wieprzowe ze schabu(130g),sos pieczeniowy100g,surówka z kapusty czerwonej z marchewką i olejem 150gwoda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Ryż gotowany na mleku 2% z musem jabłkowym(250g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ogonówka parzona(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(80g)</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,10,9</p> | <p>Energia: 2274,88 kcal białko: 104,2g tłuszcze: 72,7 g węglowodany: 328,63 g kw. tł.49,67 g cukry proste:36,69g błonnik: 92,64g sód:987,88 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g) szynka konserwowa drobiowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g),sos grecki(150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Ryż gotowany na mleku 2% z musem jabłkowym(250g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Zacierka na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ,ogonówka parzona(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek kiszony(80g)</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,10,9</p> | <p>Energia: 2073,92 kcal białko: 120,22g tłuszcze: 72,77 g węglowodany: 310,22 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:32,28g błonnik: 76,96g sód:1167,11 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),szynka drobiowa konserwowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem b/śm(300g),ziemniaki (250g),schab gotowany130g,sos grecki(150g)</p> <p>woda mineralna(250g)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,</p> | <p>Ryż gotowany na mleku 2% z musem jabłkowym(250g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Zacierka na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g) ogonówka parzona(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek kiszony(80g)</p> <p>Posiłek nocny: kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:1,7,6,10,9</p> | <p>Energia: 2012,01 kcal białko: 119,22g tłuszcze: 65,77 g węglowodany: 310,22 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:31,07g błonnik: 78,55g sód:1101,23 mg</p> |

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|---|
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20),serek wiejski(200g),szynka drobiowa konserwowa(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g),ziemniaki (250g),schab gotowany(130g),sos grecki(150g)</p> <p>woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Ryż brązowy gotowany na mleku 2% z mussem jabłkowym(250g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Zacierka na mleku(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ogonówka parzona(25g)polędwica drobiowa(25g)ogórek świeży(80g)</p> <p>Posiłek nocny:, kefir(200g),herbata b/c 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,10,9</p> | <p>Energia: 2050,08 kcal białko: 118,13 g tłuszcze: 75,8 g węglowodany: 294,16 g kw. tł. nasycone:44,66 g cukry proste:34,98g błonnik: 82,92g sód:945,76 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata -potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło 82% tł,(20),serek wiejski zmiksowany(200g) szynka konserwowa drobiowa zmielona(25g) ,sałatka z pomidora z koperkiem zblendowana(100g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem zabieleną śmietaną 18%(300g)-miks,ziemniaki zmielone (250g),schab gotowany zmielony(150g),marchewka gotowana mielona(100g)</p> <p>woda mineralna(250g) Alergeny:1,6,9,,7</p> | <p>Ryż gotowany na mleku 2% z mussem jabłkowym(250g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Zacierka na mleku miksowana(250ml), kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) masło(82% tł) (20g) ,ogonówka parzona zmielona(25g)polędwica drobiowa zmielona(25g)ogórek świeży zblendowany(50g)</p> <p>Posiłek nocny:bananzblendowany(200g), kefir(200g) Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia: 2023,92 kcal białko: 110,24g tłuszcze: 68,3 g węglowodany: 294,,62 g kw. tł. nasycone:44,42 g cukry proste:30,18g błonnik: 67,03g sód:977,56 mg</p> |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|---------------------|--|--|---|--|--|
| Podstawowa | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Zupa grochowa z ziemniakami(300ml),kasza gryczana(200g),eskalopki drobiowe 150g,sos pomidorowy 150g,sałata z jogurtem 100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Energia: 2392,61 kcal białko:101,31g Tłuszcze: 93,66g węglowodany: 271,91g kw. tł. nasycone:46,74g cukry proste:32,82g błonnik: 31,08g sód:1001,34 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),schab Benedykta(30g),serek topiony(2szt),sałatka z sałaty lodowej,ogórka kisz i ,pomidora (80g) Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),kasza jęczmienna(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany (130g)sałata z jogurtem,(100g,woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g)</p> <p>Posilek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Energia:2380,06kcal białko95,87 g tłuszcze:87,28g węglowodany: 296,47g kw. tł. nasycone: 46,62g cukry proste: 32,2 g błonnik: 23,97g sód:1098,88 mg</p> |

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| <p>Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu</p> | <p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50), ,pomidor (80g),kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),kasza jęczmienna(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany 130g)sałata z jogurtem,(100g,woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Energia:2302,34 kcal białko:94,38g tłuszcze:78,95 g węglowodany: 297,17g kw. tł. nasycone: 40,97g cukry proste:31,61 g błonnik: 23,97g sód995,11 mg</p> |
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>Zupa mleczna z makronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),schab benedykta(30)serek topiony(2szt 35g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i ,pomidora (80g)kefir (200g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),kasza gryczana(200g),sos pomidorowy 150g,filet z kurczaka gotowany 130g,sałata z jogurtem(100g,woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) ,pasta mięsna drobiowa (60g),szynka śniadaniowa wieprzowa(30g),pomidor (80g)</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g)</p> <p>herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Energia:2364,94 kcal białko:99,07g tłuszcze:92,63g węglowodany: 278,49g kw. tł. nasycone: 47,15g cukry proste:32,2 g błonnik:27,75 g sód:899,68 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno żytnie(70g),moczone w chlebie masło 82% tł,(20g),schab benedykta(50)miks,pomidor100g zblendowany (80g),kefir200ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),miks ziemniaki(250g)filet z kurczaka gotowany mielony 130g marchewka gotowana(150g),miks,woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,</p> | <p>kisiel niskosłodzony z jabłkiem 250g,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z kaszką manną(250ml)miks,kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) ,pasta drobiowa(60g),miks szynka śniadaniowa(30g))miks pomidor (80g)zblendowany</p> <p>Posiłek nocny:jogurt naturalny(150g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9,</p> | <p>Energia: 1988,4 kcal białko:86,98g tłuszcze 69,95g węglowodany: 262,89g kw. tł. nasycone: 39,44g cukry proste: 30,4g błonnik: 19,01g sód:885,78 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posiłek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|--|---|--|---|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie 80g serek fromage 40g,sałatka z ogórka św z koperkiem (100g)</p> <p>Alergeny:1,7,4</p> | <p>Barszcz z ziemniakami(300g),makaron b/jz twarogiem półtłustymi miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>Bułka kajzerka1/2 z masłem ,serem i pomidorem Alergeny:7,1,</p> | <p>Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),ryba po japońsku 150g z papryką konserwową cebulą i ogórkiem konserwowym</p> <p>Posiłek nocny:.,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g)</p> <p>Alergeny: 1,7.,4</p> | <p>Energia: 2351,03kcal białko: 113,7g tłuszcze: 70,33g węglowodany309,76 g kw. tł. nasycone: 27,63 g cukry proste:19,85g błonnik: 32,96g sód: 1103,34 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie 80g serek fromage 40g,ogórek kiszony (60g)</p> <p>Alergeny:1,7,4</p> | <p>Zupa marchwianka zabieleną śmietaną 18%(300g),makaron b/jz twarogiem półtłustym) i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>Bułka kajzerka1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym Alergeny:7,1,</p> | <p>Zacierka na mleku(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski 200g,serek deliser 17g,sałatka z pomidora 100g</p> <p>Posiłek nocny:.,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g)</p> <p>Alergeny: 1,7.</p> | <p>Energia: 2270,84 kcal białko: 107,1g tłuszcze:73,9g węglowodany: 288,59 g kw. tł. nasycone: 30,43 g cukry proste:21,4g błonnik: 21,78g sód:1124,23 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | <p>Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie 150g dżem</p> | <p>Zupa marchwianka b/śm(300g),makaron b/jz twarogiem chudym i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml</p> <p>Alergeny:1,6,9,7</p> | <p>Bułka kajzerka1/2 z masłem i dżemem niskosłodzonym Alergeny:7,1,</p> | <p>Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski 200g,sałatka z pomidora 100g Posiłek nocny:.,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.</p> | <p>Energia: 2162,08 kcal białko: 106,87g tłuszcze:62,72g węglowodany:287,16 g kw. tł. nasycone:26,18 g cukry proste:21,43g błonnik: 21,78g sód:1102,35 mg</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| | niskosłodzony 25g,sałatka z ogórka św z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,4 | | | | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ryba w galarecie 80g serek fromage 40g,sałatka z ogórka św z koperkiem (100g) Alergeny:1,7,4 | Zupa marchwianka(300g),makaron b/jz twarogiem półtłustym i miksowaną truskawką(300g) ,woda mineralna250ml Alergeny:1,6,9,7 | Kromka pieczywa razowego z masłem ,serkiem topinym i pomidorem Alergeny:7,1, | Zacierka na mleku 2%(250g),kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo razowe (90g) masło(82% tł) (20g),serek wiejski 200g,serek deliser 17g,sałatka z pomidora 100g Posiłek nocny:,herbata b/c(250ml),serek homogenizowany naturalny(150g) Alergeny: 1,7.6,9,4 | Energia: 2225,31 kcal białko: 104,99g tłuszcze: 75,52g węglowodany: 274,17 g kw. tł. nasycone:29,57 g cukry proste:21,17g błonnik: 27,44g sód:967,98 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna(mleko2%) z ryżem(250ml)miks kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),ryba gotowana zmiksowana(150g)zmiksowana „,pomidor zblendowany (100g) Alergeny:1,7,4 | Zupa marchwianka(300g), miks ziemniaki (250g) zmiksowane,ryba gotowana 180gzmiksowane ,marchewka gotowana (130gzmiksowana sok (b/c) ,jabłko,marchew,brzoszwinia (300ml) Alergeny:1,6,9, | Deser mleczny z ryżem i jabłkiem (150g),miks Alergeny:7 | Zacierka na mleku 2%(250g)miks,kawa zbożowa z mlekiem 2%(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło(82% tł) (20g),polędwica drobiowa (50g) zmiksowana,,ryba gotowana 100g zmielona ,pomidor(80g) zblendowany Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7.6,9,4 | Energia: 1807,69 kcal białko: 112,3g tłuszcze: 55,19g węglowodany: 286,77g kw. tł. nasycone:34,28g cukry proste:56,84 g błonnik: 56,12g sód:: 921,34 mg |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| dieta | Śniadanie | obiad | podwieczorek | Kolacja +posilek nocny | Wartości odżywcze |
|--|--|--|---|---|--|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina śląska na gorąco (90g)sałatka z pomidora z koperkiem(100g),ketchup(15g)</p> <p>Alergeny:1,7,9,10</p> | <p>Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3</p> | <p>Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia: 2256,44kcal białko:104,97g tłuszcz: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:867,02 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa (50g),serek topiony 17g sałatka z pomidora z koperkiem(100g),</p> <p>Alergeny:1,7,9</p> | <p>Zupa pomorska zabieleną śmietaną 18% (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3</p> | <p>Jogurt truskawkowy (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek kiszony(80g)</p> <p>Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,6,10</p> | <p>Energia:2156,23 kcal białko:104,97g tłuszcz: 94,62g węglowodany: 251,29g kw. tł. Nasycone: 51,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód: 1151,34,mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | <p>Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa 50g sałatka z pomidora z koperkiem(100g),</p> <p>Alergeny:1,7,9,6</p> | <p>Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,,3</p> | <p>Jogurt naturalny- (150g),wafel ryżowy 1szt Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g)</p> <p>Posilek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml</p> | <p>Energia: 2106,44kcal białko:101,02,97g tłuszcz: 84,62g węglowodany: 248,29g kw. tł. Nasycone: 50,85g cukry proste: 31,6 g błonnik: 40,61g sód:998,01 mg</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|
| | | | | Alergeny:1,7,6,10 | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zupa mleczna z makaronem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g),szynka śniadaniowa 50g,serek topiony 17g sałatka z pomidora z koperkiem(100g), Alergeny:1,7,9 | Zupa pomorska (300ml),ziemniaki(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,3 | Jogurt naturalny (150g),wafel ryżowy (1szt) Alergeny:7 | Zupa mleczna z ryżem(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),sałata (10g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny :serek wiejski(200g) herbata(b/c)250ml Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 2232,14 kcal białko: 106,46g tłuszcze: 95,30g węglowodany: 235,5 g kw. tł. Nasycone: 52,45g cukry proste 13,6g błonnik:37,46g sód:966,01 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna z makaronem miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło 82% tł,(20g),wędlina drobiowa miks(90g)sałatka z pomidora z koperkiem-zblendowana(100g),ketchup(15g)) Alergeny:1,7,9 | Zupa pomorska - miks(300ml),ziemniaki-miks(250g), klops gotowany z łopatki wieprzowej zmikсовany(70g),jabłko(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,7,3 | Jogurt truskawkowy (150g),miks Alergeny:7 | Zupa mleczna z ryżem-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w kawie(70g) masło(82% tł) (20g),ogonówka zmielona(50g),ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny :serek wiejski-miks(200g) herbata(b/c) Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 2049,34kcal białko:91,63g tłuszcze: 89,42g węglowodany: 211,29g kw. tł. Nasycone: 48,25g cukry proste: 12,1g błonnik: 38,61g sód:898,56 mg |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|---|--|--|---|
| Podstawowa | <p>herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),jajko gotowane(60g)szynka gotowana(50g),wędlina bydgoska(40g),sałata(10g),rzodkiewka(50g),pomidor(50g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,3</p> | <p>Rosół z makaronem (300ml,),ziemniaki(250g) , udko pieczone(180g),surówka z kapusty pekińskiej(150g) kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Ciasto-babka na oleju(100g) Alergeny:1,3,7</p> | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g)galaretk drobiowa(80g)wędlina sopocka(40g),pomidor(50g),ogórek świeży(50g)</p> <p>kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,6</p> | <p>Energia: 2457,02kcal białko: 111,54g tłuszcze: 109,73g węglowodany:246,72g kw. tł. nasycone: 44,27 g cukry proste:17,22g błonnik 23,06g sód:1154,23 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),jajko gotowane(60g)szynka gotowana(50g),schab gotowany(30g),sałata(10g),ogórek świeży(50g),pomidor(50g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,3</p> | <p>Rosół z makaronem (300ml,),ziemniaki(250g) , udko pieczone(180g),marchewka mini gotowana(150g)kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Ciasto-babka na oleju(100g) Alergeny:1,3,7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g)galaretk drobiowa(80g)wędlina sopocka(40g),pomidor(50g),ogórek świeży(50g)</p> <p>kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,6</p> | <p>Energia: 2273,49kcal białko:113,46g tłuszcze:95,15 g węglowodany:250,40 g kw. tł. nasycone: 41,0 g cukry proste: 18,59g błonnik:22,76g sód:1101,34 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | <p>herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),jajko gotowane(60g)szynka gotowana(50g),schab gotowany(30g),sałata(10g),ogórek świeży(50g),pomidor(50g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,3</p> | <p>Rosół z makaronem (300ml,),ziemniaki(250g) , udko gotowane(180g),marchewka mini gotowana(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Sernik na zimno z serka homogenizowan ego i galaretki z brzoskwinia (150g) Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g)galaretk drobiowa(80g)wędlina sopocka(40g),pomidor(50g),ogórek świeży(50g)</p> <p>kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> | <p>Energia: 2101,2 kcal białko:101,40 g tłuszcze:87,25 g węglowodany:244,11 g kw. tł. nasycone: 44,06 g cukry proste: 34,25g błonnik: 22,97g sód: 998,65 mg</p> |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | Alergeny:1,7,9,6 | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | <p>herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),jajko gotowane(60g)szynka gotowana(50g),schab gotowany(30g),sałata(10g),ogórek świeży(50g),pomidor(50g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,3</p> | <p>Rosół z makaronem (300ml.),ziemniaki(250g),udko pieczone(180g),surówka z kapusty pekińskiej(150g) kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Sernik na zimno z serka homogenizowanego i galaretki z brzoskwinia (150g) Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g)galaretki drobiowa(80g)wędlina sopocka(40g),pomidor(50g),ogórek świeży(50g)</p> <p>kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,6</p> | <p>Energia: 2121,785kcal białko:112,42 g tłuszcze:87,25 g węglowodany:244,11 g kw. tł. nasycone: 41,16 g cukry proste: 30,25g błonnik: 23,47g sód:1003,23mg</p> |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | <p>Zupa mleczna z ryżem-miks 250ml herbata b/c(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)moczone w herbacie masło 82% tł,(20g),jajko gotowane zmielone(60g)szynka gotowana zmiksovana(70g),,pomidor 100g zblendowany</p> <p>Alergeny:1,7,6,3</p> | <p>Rosół z makaronem miks (300ml.),ziemniaki(250g),udko gotowane zmielone(180g),marchewka gotowana-miks(150g) kompot niskosłodzony, wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,</p> | <p>Jogurt naturalny (150g) Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)moczone w kawie masło(82% tł) (20g)galaretki drobiowa zmiksovana(80g)wędlina sopocka zmielona(40g),pomidor(100g zmiksovany</p> <p>kefir(200g) herbata(b/c)(250ml)</p> <p>Alergeny:1,7,9,6</p> | <p>Energia: 1902,15kcal białko:96,40 g tłuszcze:84,25 g węglowodany:211,11 g kw. tł. nasycone: 42,06 g cukry proste: 34,25g błonnik: 22,97g sód:995,01 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + posiłek nocny | Wartości odżywcze |
|---------------------|--|---|--|--|---|
| Podstawowa | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina biała na gorąco(90g),chrzan(10g),schab ze śliwką(30g),sałatka z rzodkiewki ze śmietaną(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Żurek z jajkiem (1szt)(300ml),ziemniaki(250g) , zraz wieprzowe(130g),,sos pieczeniowy 100g,buraczki(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy (250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3,</p> | <p>sernik 100g,banan 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g),pasztet drobiowy ze śliwką(60g),baleron(30g),,ogórek kiszony(40),pomidor(40)</p> <p>sałatka z kurczaka , sałaty,lodowej,ogórka i pomidora z olejem (150g) herbata(b/c) 250ml</p> <p>Alergeny:1,7,9</p> | <p>Energia: 2499,80kcal białko:130,08g tłuszcze: 122,29g węglowodany: 216,55g kw. tł. Nasycone:51,03g cukry proste:18,81 g błonnik: 23,64g sód:1201,56 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina biała na gorąco(90g),ketchup(15g),schab ze śliwką (30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem(300ml),ziemniaki (250g), schab gotowany (130g)sos jarzynowy(100),buraczki (150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3,</p> | <p>sernik 100g,banan 150g,herbata b/c 250ml Alergeny:1,3,7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g),pasztet drobiowy ze śliwką drobiowy(60g),szynka z piersi kurczaka(30g),,ogórek kiszony(40),pomidor(40)</p> <p>sałatka z kurczaka ,ogórka kisz pomidora i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c)250ml</p> <p>Alergeny:1,7,9</p> | <p>Energia: 2401,89kcal białko:113,31g tłuszcze: 105,22g węglowodany: 250,71g kw. tł. Nasycone: 48,72g cukry proste:23,08 g błonnik: 27,32g sód:1194,01 mg</p> |

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|---|
| <p>Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu</p> | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),szynka gotowana(50g),polędwica drobiowa(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,6,9</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem b/śmietany(300ml),ziemniaki (250g), schab gotowany (130g),sos jarzynowy(100g),buraczki(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g), wafel ryżowy(1szt),herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g),polędwica sopocka parzona,,(50g),ogórek świeży(40),pomidor(40)</p> <p>sałatka z kurczaka gotowanego,cukinii i pomidora (150g) herbata(b/c)250ml</p> <p>Alergeny:1,7,9</p> | <p>Energia: 2039,48kcal białko:107,35g tłuszcze:68,10g węglowodany: 257,5g kw. tł. Nasycone: 32,59g cukry proste:23,05g błonnik: 25,63g sód:997,03 mg</p> |
| <p>Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło 82% tł,(20g),wędlina biała na gorąco(90g),ketchup(15g),schab ze śliwką(30g),sałatka z pomidora z koperkiem(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem(300ml),ziemniaki, (250g),sos jarzynowy(100g) schab gotowany (130g),cukinia gotowana(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3,</p> | <p>Galaretka z tartym jabłkiem(150g), wafel gryczany(1szt),,herbata b/c 250ml</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g),polędwica sopocka parzona(30g),szynka gotowana(30g),,ogórek świeży(40),pomidor(40)</p> <p>sałatka z kurczaka ,ogórka, kisz pomidora i sałaty,lodowej (150g) herbata(b/c)</p> <p>Alergeny:1,7,9</p> | <p>Energia: 2239,39 kcal białko: 110,26g tłuszcze: 85,01g węglowodany: 258,77g kw. tł. Nasycone: 38,87g cukry proste 23,37g błonnik:27,68g sód:1123,02 mg</p> |
| <p>Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane</p> | <p>kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g)moczone w kawie masło 82% tł,(20g),wędlina biała na gorąco zmielona(90g) ,pomidor 100g zblendowany</p> <p>Alergeny:1,7,</p> | <p>Zupa koperkowa z makaronem miks(300ml),ziemniaki zmiksowane,(250g),sos jarzynowy(100g) schab gotowany (130g) zmiksowany,buraczki zmiksowane(150g) kompot niskosłodzony wieloowocowy(250ml)</p> <p>Alergeny:1,6,9,7,3,</p> | <p>Kefir 200g Alergeny:7</p> | <p>Zupa mleczna z ryżem miks(250ml) herbata b/c(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) moczone w herbacie,polędwica sopocka parzona zmiksowana(30g),szynka gotowana zmiksowana(30g),,pomidor(100g),zblendowane jogurt naturalny 150g herbata(b/c) Alergeny:1,7,9</p> | <p>Energia: 1903,39 kcal białko: 93,26g tłuszcze: 80,01g węglowodany: 210,77g kw. tł. Nasycone: 36,87g cukry proste 21,37g błonnik:27,28g sód:992,03 mg</p> |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14:mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|--|---|--|--|
| Podstawowa | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, papryki i ogórka świeżego(80g)</p> <p>Alergeny:1,7,,9,6</p> | <p>Kapuśniak z kapusty białej(300ml),risotto(ryż,warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g)</p> <p>Posilek nocny:mus jabłko,gruszka,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml),</p> <p>Alergeny:1,7,6</p> | <p>Energia: 2355,91 kcal białko:91,01g tłuszcze:93,81 g węglowodany:301,53 g kw. tł. nasycone:32,62g cukry proste:65,02g błonnik: 28,20g sód:876,99 mg</p> |
| Łatwostrawna | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),pomidor 100g</p> <p>Alergeny:1,7,,9,6</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>kefir(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek kiszony(40g)</p> <p>Posilek nocny:mus jabłko ,gruszka dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml),</p> <p>Alergeny:1,7,6</p> | <p>Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 60,7g błonnik: 26,92g sód:1101,02 mg</p> |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | <p>Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g)masło82% tłuszczu(20g),połędwica drobiowa(50g),sałata(10g), pomidor 100g</p> | <p>Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,</p> | <p>kefir(200g) ,herbata b/c 250ml Alergeny:7,</p> | <p>Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g)</p> | <p>Energia: 2219,62 kcal białko:92,17g tłuszcze: 69,98g węglowodany: 321,86g kw. tł. nasycone:33,79 g cukry proste: 61,18g błonnik: 26,92g sód:943,22 mg</p> |

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|---|
| | Alergeny:1,7,,9,6 | | | Posiłek nocny:mus jabłko gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6 | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g)masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka świeżego(80g) Alergeny:1,7,,9,6 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka)(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g),herbata b/c 250ml Alergeny:7, | Płatki owsiane na mleku(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta(50g),pomidor(40g) ,ogórek świeży(40g) Posiłek nocny:mus jabłko,gruszka,dynia(150g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6 | Energia: 2336,34 kcal białko:93,02g tłuszcze: 81,87g węglowodany: 323,37g kw. tł. nasycone:37,52 g cukry proste: 60,7g błonnik: 26,92g sód:932,44 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Zupa mleczna z kaszą manną(250 ml)kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło82% tłuszczu(20g)serek fromage(40g),połędwica drobiowa zmielona, ogórek zblendowany(80g) Alergeny:1,7,,9,6 | Zupa ziemniaczana z zacierką zmiksovana(300ml),risotto(ryż, warzywa,mięso z piersi kurczaka) zmielone rozcieńczone zupą(300g),sos pomidorowy(150g) ,jabłko przetarte(150g)woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g) Alergeny:7, | Płatki owsiane na mleku zmiksovane(250ml),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo-pszenno-żytnie namoczone w mleku(70g) masło(82% tł) (20g),schab Benedykta zmielony,pomidor zblendowany(40g) ogórek świeży zblendowany(40g) Posiłek nocny:mus jabłko,gruszka ,dynia(100g) sok z buraczka i jabłka(300ml), Alergeny:1,7,6 | Energia: 2012,34 kcal białko:85,02g tłuszcze:79,4,87g węglowodany:293,30g kw. tł. nasycone:31,32 g cukry proste: 52,3g błonnik: 24,82g sód:934,01 mg |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|--|--|---|---|--|
| Podstawowa | ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g),zielonogórska (25g),ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10 | Zupa jarzynowa(300ml) ziemniaki(250g),fasolka po bretońsku (250g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,10 | Drożdżówka z jabłkiem(120g) ,Alergeny:1,7,3 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,3,10 | Energia: 2278,89kcal białko:96,94g tłuszcze: 74,18g węglowodany283,43g kw. tł. nasycone:40,13g cukry proste:53,68g błonnik: 24,63g sód:991,34 mg |
| Łatwostrawna | ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g)zielonogórska(25g), ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10 | Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),kurczak gotowany(180g),sos pomidorowo-jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) woda mineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny:1,6,9,7 | Drożdżówka z jabłkiem(120g) Alergeny:1,7,3 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,3,10 | Energia: 2084,22kcal białko:93,13g tłuszcze:73,74g węglowodany:264,86 g kw. tł. nasycone:40,26g cukry proste:37,17g błonnik: 20,65g sód:1123,11 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham (30g) masło 82% tł,(20g),zielonogórska(25g), ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10 | Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),piesz z kurczaka gotowana(130g),sos pomidorowo-jarzynowy(100g),marchewka mini gotowana(150g) ,jogurt naturalny 2%(150g) , woda mineralna(250ml) | jabłko(150g),muś banan,brzoskwinia,burak(100g), sok multiwitamina (300ml) | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(50g),ogórek kiszony(80g) Posilek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) | Energia: 2062,94kcal białko:86,93g tłuszcze:61,52g węglowodany:292,98 g kw. tł. nasycone:35,05 g cukry proste:72,08g błonnik: 23,97g sód:1101,02 mg |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|---|
| | Alergeny:1,7,6,10 | Alergeny:1,6,9, | | Alergeny: 1,7,6,9,3,10 | |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | ryż na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g),zielonogórska(25g), ogonówka parzona(25g),pomidor(80g), Alergeny:1,7,6,10 | Rosół z makaronem(300ml) ,ziemniaki(250g),kurczak gotowany 180g,sos pomidorowo- jarzynowy(100g),kalafior gotowany na parze(150g) jogurt naturalny 2%(150g) , woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | jabłko(150g),mu s banan,brzoskwini a,burak(100g), sok multiwitamina (300ml) | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,3,10 | Energia: 2066,18 kcal białko: 87,68g tłuszcze: 72,23g węglowodany: 268,07g kw. tł. nasycone:38,66 g cukry proste:71,88g błonnik: 27,72g sód: 977,21 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | ryż na mleku-miks(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą (70g) masło 82% tł,(20g),zielonogórska zmielona(25g),ogonówka parzona zmielona(25g),pomidor zblendowany(80g), Alergeny:1,7,6,10 | Rosół z makaronem miksowany(300ml) ,ziemniaki miksowane(250g),pierś z kurczaka gotowana mielona(130g),sos pomidorowo-jarzynowy miksowany(100g),marchewk amini gotowana miksowana(150g) woda mineralna(250ml)jogurt naturalny 2%(150g) Alergeny:1,6,9,7 | Banan zmiksowany z jogurtem200g) Alergeny:7 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną- miks(250g),kawa zbożowa z mlekiem(250ml) Pieczywo pszenno-żytnie zmiękczone kawą(70g) masło(82% tł) (20g),szynka z piersi indyka zmielona(25g),pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem(60g),ogórek świeży zblendowany(80g) Posiłek nocny:kefir(200g),herbata b/c(250ml) Alergeny: 1,7,6,9,3,10 | Energia: 2014,22kcal białko:89,13g tłuszcze:68,74g węglowodany:211,86 g kw. tł. nasycone:36,26g cukry proste:36,17g błonnik: 18,65g sód:888,23 mg |
| | | | | | |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|---------------------|---|--|--|--|--|
| Podstawowa | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony(2szt),połędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej ,papryki i ogórka świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa ogórkowa z ziemniakami(300ml), ryż gotowany(200g),pierś z kurczaka z warzywami z patelni(300g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,,7, | kefir(200g),,sok marchew jabłko 300ml Alergeny:.,7, | kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),sałatka szwabska(150g)(szynka drobiowa konserwowa,ser edamski,ogórek konserwowy,majonez musztarda),pomidor80g Posilek nocny:sałatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,9,3,10 | Energia: 2387,24kcal białko: 108,61g tłuszcze: 97,42 g węglowodany274,58g kw. tł. nasycone: g cukry proste:15,73g błonnik 26,93g sód:1356,98 mg |
| Łatwostrawna | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo graham ze słonecznikiem(30g) masło 82% tł,(20g)serek topiony(2szt),połędwica drobiowa(20g),sałata 10g,ogórek kiszony60g Alergeny:1,7,6,9 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),ryż gotowany(200g),potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią(250g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g),sok jabłko,marchew (300ml)Alergeny:.,7, | Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe 6 ziaren(30g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),,pomidor(80g) Posilek nocny:sałatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10 | Energia: 2401,41 kcal białko:101,7 g tłuszcze:77,43 g węglowodany 337,15g kw. tł. nasycone: 39,62 g cukry proste: 55,6g błonnik: 26,4g sód:1189,01 mg |

| | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|
| Łatwostrawna z ogranicz. Tłuszczu | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło 82% tł,(20g),polędwica drobiowa(50g),ogórek kiszony(80g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),ryż gotowany(200g)potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią(250g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g),sok jabłko,marchew (300ml)Alergeny:7, | Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny:sałatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10 | Energia: 2333,13kcal białko:100,61 g tłuszcze:65,02 g węglowodany334,56g kw. tł. nasycone: 33,5 g cukry proste: 54,56g błonnik: 25,96g sód:1102,22 mg |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Płatki owsiane na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo graham ze słonecznikiem(90g) masło 82% tł,(20g)serek topiony(2szt),polędwica drobiowa(20g),sałatka z sałaty lodowej ,papryki i ogórka świeżego(100g) Alergeny:1,7,6,9 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),ryż gotowany(200g),potrawka z kurczaka z cukinią(250g) woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g),sok jabłko,marchew, (300ml) Alergeny:7, | Zupa mleczna z kaszą manną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo razowe 6 ziaren(90g) masło(82% tł) (20g),wędlina ogonówka parzona(50g),pomidor(80g) Posiłek nocny:sałatka z pomarańczy z jogurtem naturalnym(200g) herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10 | Energia: 2366,56 kcal białko:99,63 g tłuszcze:75,56 g węglowodany320,83 g kw. tł. nasycone: 39,43g cukry proste: 57,13g błonnik: 26,74g sód:995,03 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone miksowane ,blendowane | Płatki owsiane na mleku(250ml)-miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml),pieczywo pszenno-żytnie moczone w kawie(90g) masło 82% tł,(20g),polędwica drobiowa(60g)-mielona,pomidor 100g zblendowany Alergeny:1,7,6,9 | Zupa ziemniaczana z zacierką(300ml),,miksryż gotowany(150g),potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią(200g)-zmiksowany woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9, | kefir(200g), Alergeny:7, | Zupa mleczna z kaszą manna(250ml)-miks kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno żytnie moczone w kawie(90g) masło(82% tł) (20g),ogonówka parzona(50g) zmielona,pomidor(80g)-zblendowany Posiłek nocny:jogurt naturalny herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10 | Energia: 1833,64 kcal białko:79,39 g tłuszcze:56,33 g węglowodany253,28 kw. tł. nasycone: 29,43 g cukry proste: 24,45g błonnik: 20,97g sód:878,03 mg |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy, 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 łubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne

| Dieta | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja + (posilek nocny) | Wartości odżywcze |
|--|---|---|---|---|--|
| Podstawowa | zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(50g),sałatka z sałaty lodowej,ogórka i papryki(100g) Alergeny:1,7,6, | Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 18%(300ml),ziemniaki(250g) ryba smażona(130g),surówka z kapusty kiszzonej(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,3,4,7 | kanapka(pieczyno razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) ser edamski(30),pomidor(80g),wędlina zielonogórska(20g) Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 2496,00 kcal białko: 107,25 g tłuszcze: 108,31 g węglowodany: 270,78g kw. tł. nasycone: 51,82g cukry proste: 19,62 g błonnik: 23,92 g sód:1000,02 mg |
| Łatwostrawna | Zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(50g),sałata 10g,pomidor 40g,ogórek kiszony 40g Alergeny:1,7,6, | Manna na rosolu(300ml) ziemniaki(250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(150g),marchewka gotowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4 | kanapka(pieczyno graham) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml) Alergeny:7,1,6,9 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek(80g),pomidor(80g),wędlina zielonogórska(25g) Posilek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 2276,15kcal białko: 94,64g tłuszcze: 83,66 g węglowodany280,37g kw. tł. nasycone: 44,9 g cukry proste:21,16g błonnik 21,14g sód:1134,01 mg |
| Łatwostrawna z ogranicz. tłuszczu | zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) | Manna na rosolu(300ml) ziemniaki(250g),ryba gotowana(130g)sos koperkowy(150g),marchewka | kanapka (pieczywo graham)z polędwicą | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(100g) | Energia: 2126,15kcal białko: 92,64g tłuszcze: 72 ,06 g węglowodany271,37g |

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|
| | masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(50g),sałata 10g, pomidor 60g,ogórek 60g Alergeny:1,7,6, | a gotowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4 | drobiową ,jabłko pieczone 200g herbata(b/c)(250ml) Alergeny:.,7,1,6, 9 | masło(82% tł) (20g) twarożek chudy(80g),pomidor(80g) wędlina zielonogórska(20g) Posiłek nocny:.:nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10 | kw. tł. nasycone: 34,9 g cukry proste:20,11g błonnik 19,14g sód:994,02 mg |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | zacierka na mleku(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo razowe(30g) masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(50g),sałatka z sałaty lodowej i ogórka świeżego i pomidora(100g) Alergeny:1,7,6, | Manna na rosole(300ml) ziemniaki(250g),ryba gotowana(130g),sos koperkowy(150g),kalafior gotowany(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4 | kanapka(pieczywo razowe) z polędwicą drobiową pomidorem i ogórkiem herbata(b/c)(250ml) Alergeny:.,7,1,6, 9 | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) pieczywo z razowe(30g) masło(82% tł) (20g) twarożek(80g),pomidor(80g) ,wędlina zielonogórska(20g) Posiłek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,,10 | Energia: 2011,15kcal białko: 95,64g tłuszcze: 82,01 g węglowodany290,07g kw. tł. nasycone: 34,09 g cukry proste:19,23g błonnik 22,14g sód: 946,02 mg |
| Dieta papkowata - potrawy mielone ,blendowane | zacierka na mleku(250ml)zmiksowana kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g),moczone w kawie masło 82% tł,(20g) polędwica sopocka parzona(50g)zmiksowana,ogórek świeży 100g zblendowany Alergeny:1,7,6, | Manna na rosole(300ml) zmiksowana ziemniaki zmiksowane(250g),ryba gotowana zmiksowana z sosem(130g),sos koperkowy(150g),marchewka gotowana zmiksowana(150g),woda mineralna(250ml) Alergeny:1,6,9,4 | Sok multiwitamina (300ml),jogurt naturalny(150g) Alergeny:.,7, | Zupa mleczna z kaszą jęczmienną zmiksowana(250ml) kawa zbożowa z mlekiem(250ml) pieczywo pszenno-żytnie(70g) moczone w kawie masło(82% tł) (20g) twarożek(80g)zblendowany,pomidor zblendowany(80g) ,zielonogórskazmiksowana(20g) Posiłek nocny:kefir(200g), herbata(b/c)(250ml) Alergeny:1,7,6,10 | Energia: 1955,98 kcal białko:98,92 g tłuszcze:60,99 g węglowodany255,05 g kw. tł. nasycone: 37,42 g cukry proste: 52,62 g błonnik: 15,03g sód:989,03 mg g |

Alergeny: 1 gluten, 2 skorupiaki i pochodne, 3 jaja i pochodne, 4 ryby i pochodne, 5 orzeszki ziemne i pochodne, 6 soja i pochodne, 7 mleko/laktoza, 8 orzechy , 9 seler i pochodne, 10 gorczyca i pochodne, 11 sezam i pochodne, 12 siarka, 13 lubin i pochodne, 14 mięczaki i pochodne