

JADŁOSPIS NA 2025-02-27 (czwartek)

dieta podstawowa

Śniadanie

779 kcal
białko ogółem 32,38 g, kwasy tłuszczowe nasycone 16,63 g, sól 3,21 g, tłuszcz 27,96 g, węglowodany ogółem 97,26 g, węglowodany przyswajalne 26,47 g, cukry 18,57 g, błonnik pokarmowy 6,88 g

zupa mleczna zacierka na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3/
mleko1l.-karton 230 ml, zacierka 20 g

chleb zwykły /Alergeny: 1/
chleb zwykły 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

kiełbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/
kiełbasa krakowka parzona 50 g

ser kanapkowy w plastrach /Alergeny: 1,7/
ser kanapkowy w plastrach 30 g

Papryka czerwona kg
Papryka czerwona kg 60 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

46 kcal
białko ogółem 0,7 g, błonnik pokarmowy 1,4 g, cukry 8,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,04 g, tłuszcz 0,4 g, węglowodany ogółem 9,1 g

mus warzywny
mus warzywny 100 g

Obiad

867 kcal
białko ogółem 45,96 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,14 g, tłuszcz 30,56 g, węglowodany przyswajalne 65,57 g, sól 5,31 g, błonnik pokarmowy 13,32 g, cukry 24,04 g, węglowodany ogółem 103,15 g

Zupa chrzanowa z jajkiem 350 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 3,1,10,7,6,11,9/
skrzydełka 20 g, Boczek wędzony 5 g, Biała surowa 0,01 kg, cebula 5 g, olej rzepakowy 3 ml, por 0,24 szt., seler 5 g, marchew 5 g, czosnek świeży 4,9998 g, chrzan 10 g, śmietana 12% tł. 5 g, mąka pszenna 2 g, liść laurowy 0,001 szt., ziele angielskie 20g szt 2 g, majeranek 2 g, jarzynka 200g 3 g, jaja kurze 25 g

Makaron z sosem bolońskim 230 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 3,1,6,7,9,10,5,8,11,13/
łopatka mielona 100 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, cebula 5 g, jarzynka 200g 5 g, papryka mielona sztuki 5 g, pieprz sztuki 1 g, koncentrat pomidorowy szt 30 g, olej rzepakowy 5 ml, czosnek mielony 5 g, makaron 80 g

surówka z kapusty pekińskiej i papryki czerwonej 120 g /Alergeny: 1,10,11,3,6,7,9,5,8,12/
kapusta pekińska 100 g, Papryka czerwona kg 15 g, kukurydza konserwowa 0 g, bazylia 1 g, oregano 1 g, olej rzepakowy 3 ml

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/
cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

603 kcal
białko ogółem 27,86 g, błonnik pokarmowy 7,79 g, cukry 6,36 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,47 g, sól 4,47 g, tłuszcz 23,44 g, węglowodany ogółem 67,68 g, węglowodany przyswajalne 0,93 g

chleb zwykły /Alergeny: 1/
chleb zwykły 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

galaretka z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/
ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5 g, Marchew mrożona 50 g

sałata
sałata 15,0003 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/
herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2295 kcal, białko ogółem 106,9 g, kwasy tłuszczowe nasycone 35,28 g, sól 12,99 g, tłuszcz 82,36 g, węglowodany ogółem 277,19 g, węglowodany przyswajalne 92,97 g, cukry 57,57 g, błonnik pokarmowy 29,39 g,

dieta łatwostrawna

Śniadanie

771 kcal
białko ogółem 32,4 g, kwasy tłuszczowe nasycone 16,59 g, sól 3,2 g, tłuszcz 28,62 g, węglowodany ogółem 98,01 g, węglowodany przyswajalne 88,39 g, cukry 15,5 g, błonnik pokarmowy 2,55 g

zupa mleczna zacierka na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3/

mleko1l.-karton 230 ml, zacierka 20 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

kielbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kielbasa krakowka parzona 50 g

ser kanapkowy w plastrach /Alergeny: 1,7/

ser kanapkowy w plastrach 30 g

roszponka

roszponka 15 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

46 kcal
białko ogółem 0,7 g, błonnik pokarmowy 1,4 g, cukry 8,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,04 g, tłuszcz 0,4 g, węglowodany ogółem 9,1 g

mus warzywny

mus warzywny 100 g

Obiad

837 kcal
białko ogółem 46,45 g, tłuszcz 15,47 g, błonnik pokarmowy 12,34 g, cukry 19,02 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,31 g, sól 4,81 g, węglowodany ogółem 127,97 g, węglowodany przyswajalne 98,63 g

Zupa brokułowa z ziemniakami 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/

biodrówka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 30 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, Brokuł mrożony kg 80 g, pietruszka nać 1,9998 g, koper 1,9998 g, śmietana 12% tł. 10 g, mąka pszenna 2 g, jarzynka 200g 1 g, bulion kostka 1 g, pieprz sztuki 1 g, ziemniaki 50 g

Dietetyczny sos pomidorowy z makaronem 210 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/

makaron 100 g, łopátka mielona 100 g, wószczyzna suszona 100g 0,01 szt., koncentrat pomidorowy szt 10 g, jarzynka 200g 5 g, mąka pszenna 8 g, bulion kostka 5 g, śmietana 12% tł. 8 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/

cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

612 kcal
białko ogółem 28,41 g, błonnik pokarmowy 4,38 g, cukry 4,8 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,5 g, sól 4,46 g, tłuszcz 24,41 g, węglowodany ogółem 72,31 g, węglowodany przyswajalne 62,85 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

galaretką z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5 g, Marchew mrożona 50 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2266 kcal, białko ogółem 107,96 g, kwasy tłuszczowe nasycone 33,44 g, sól 12,47 g, tłuszcz 68,9 g, węglowodany ogółem 307,39 g, węglowodany przyswajalne 249,87 g, cukry 47,92 g, błonnik pokarmowy 20,67 g.

dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie

699 kcal
białko ogółem 32,18 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,68 g, sól 2,55 g, tłuszcz 21,22 g, węglowodany ogółem 96,85 g, węglowodany przyswajalne 88,33 g, cukry 14,35 g, błonnik pokarmowy 2,55 g

zupa mleczna zacierka na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3/

mleko1l.-karton 230 ml, zacierka 20 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

kielbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kielbasa krakowka parzona 50 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

roszponka

roszponka 15 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

96 kcal
białko ogółem 2,03 g, białnik pokarmowy 0,88 g,
cukry 0,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,18
g, sól 0,25 g, tłuszcz 0,95 g, węglowodany
ogółem 19,25 g

Obiad

894 kcal
białko ogółem 51,57 g, białnik pokarmowy 14,35
g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,17 g, sól 3,96
g, tłuszcz 17,42 g, węglowodany ogółem 134,94
g, węglowodany przyswajalne 105,59 g, cukry
26,55 g

wafle ryżowe /Alergeny: 1/

wafle ryżowe 25,0002 g

Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny:

1,3,6,7,9,10,5,11,13/

ziemniaki 100 g, marchew 30 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, koper 4,0002 g, jarzynka 200g 1 g,
pieprz sztuki 1 g, biodrówka 60 g, śmietana 12% tł. 10 g

Dietetyczny sos pomidorowy z makaronem 210 g gotowanie

tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/

makaron 100 g, łopatką mieloną 100 g, włoszczyzna suszona 100g 0,01 szt., koncentrat pomidorowy szt
10 g, jarzynka 200g 5 g, mąka pszenna 8 g, bulion kostka 5 g, śmietana 12% tł. 8 g

Surówka z selera i jabłka 100 g /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13/

seler 80 g, jabłka 20 g, pieprz sztuki 1 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/

cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

552 kcal
białko ogółem 28,35 g, białnik pokarmowy 4,38
g, cukry 4,75 g, kwasy tłuszczowe nasycone
7,12 g, sól 4,46 g, tłuszcz 17,81 g, węglowodany
ogółem 72,25 g, węglowodany przyswajalne
62,79 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

galaretka z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5
g, Marchew mrożona 50 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2241 kcal, białko ogółem 114,13 g, kwasy tłuszczowe nasycone 24,15 g, sól 11,22 g, tłuszcz 57,4 g, węglowodany ogółem 323,29 g, węglowodany przyswajalne 256,71 g, cukry 45,95 g, białnik pokarmowy 22,16 g,

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

492 kcal
białko ogółem 19,84 g, białnik pokarmowy 8,48
g, cukry 5,05 g, kwasy tłuszczowe nasycone
10,28 g, sól 2,59 g, tłuszcz 18,23 g,
węglowodany ogółem 65,41 g, węglowodany
przyswajalne 51,31 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

kielbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kielbasa krakowka parzona 33 g

ser kanapkowy w plastrach /Alergeny: 1,7/

ser kanapkowy w plastrach 30 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 40 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko 1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

46 kcal
białko ogółem 0,7 g, białnik pokarmowy 1,4 g,
cukry 8,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,04
g, tłuszcz 0,4 g, węglowodany ogółem 9,1 g

Obiad

831 kcal
białko ogółem 46,29 g, tłuszcz 18,28 g, białnik
pokarmowy 15,82 g, cukry 16,3 g, kwasy
tłuszczowe nasycone 5,51 g, sól 3,87 g,
węglowodany ogółem 122,75 g, węglowodany
przyswajalne 99,38 g

Zupa brokułowa z ziemniakami 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny:

7,1,3,6,9,10,5,11,13/

biodrówka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 30 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, Brokuł
mrożony kg 80 g, pietruszka nać 1,9998 g, koper 1,9998 g, śmietana 12% tł. 10 g, mąka pszenna 2 g,
jarzynka 200g 1 g, bulion kostka 1 g, pieprz sztuki 1 g, ziemniaki 50 g

Dietetyczny sos pomidorowy z makaronem 210 g gotowanie

tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/

makaron 100 g, łopatką mieloną 100 g, włoszczyzna suszona 100g 0,01 szt., koncentrat pomidorowy szt
10 g, jarzynka 200g 5 g, mąka pszenna 8 g, bulion kostka 5 g, śmietana 12% tł. 8 g

Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy 145 g /Alergeny:

1,10,11,3,6,7,9,5,8,12/

kapusta pekińska 120 g, Papryka czerwona kg 20 g, kukurydza konserwowa 0 g, bazylija 1 g, oregano 1 g,
olej rzepakowy 3 ml

Kompot z mrożonych owoców bez cukru 250 ml gotowanie

tradycyjne /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, kompot mrożony 80 g

Podwieczorek

92 kcal
cukry 22 g, węglowodany ogółem 22 g

soczki b/c
soczki b/c 220 ml

Kolacja

541 kcal
białko ogółem 28,06 g, błonnik pokarmowy 10,31 g, cukry 4,53 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,79 g, sól 4,4 g, tłuszcz 20,63 g, węglowodany ogółem 64,28 g, węglowodany przyswajalne 51,65 g

chleb graham /Alergeny: 1/
chleb graham 120 g
masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 10 g
galaretkę z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/
ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5 g, Marchew mrożona 50 g
sałata
sałata 15,0003 g
herbata parzona 250 g /Alergeny: 7/
woda wodociągowa 250 ml, herbata 0,1 g

Kolacja II

139 kcal
białko ogółem 4,39 g, błonnik pokarmowy 2,29 g, cukry 0,25 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,26 g, sól 0,33 g, tłuszcz 6,64 g, węglowodany ogółem 15,88 g, węglowodany przyswajalne 12,72 g

chleb graham /Alergeny: 1/
chleb graham 30 g
masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 4 g
pasztet /Alergeny: 1,3,6,7/
pasztet 19,99977 g
rzodkiewka
rzodkiewka 14,99945 g

Suma posiłków: 2141 kcal, białko ogółem 99,28 g, błonnik pokarmowy 38,3 g, cukry 56,73 g, kwasy tłuszczowe nasycone 27,88 g, sól 11,19 g, tłuszcz 64,18 g, węglowodany ogółem 299,42 g, węglowodany przyswajalne 215,06 g.

dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji (mielona)

Śniadanie

771 kcal
białko ogółem 32,4 g, kwasy tłuszczowe nasycone 16,59 g, sól 3,2 g, tłuszcz 28,62 g, węglowodany ogółem 98,01 g, węglowodany przyswajalne 88,39 g, cukry 15,5 g, błonnik pokarmowy 2,55 g

zupa mleczna zacierka na mleku 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3/
mleko1l.-karton 230 ml, zacierka 20 g
chleb pszenny /Alergeny: 1/
chleb pszenny 120 g
masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g
kielbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/
kielbasa krakowka parzona 50 g
ser kanapkowy w plastrach /Alergeny: 1,7/
ser kanapkowy w plastrach 30 g
roszponka
roszponka 15 g
kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

46 kcal
białko ogółem 0,7 g, błonnik pokarmowy 1,4 g, cukry 8,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,04 g, tłuszcz 0,4 g, węglowodany ogółem 9,1 g

mus warzywny
mus warzywny 100 g

Obiad

837 kcal
białko ogółem 46,45 g, tłuszcz 15,47 g, błonnik pokarmowy 12,34 g, cukry 19,02 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,31 g, sól 4,81 g, węglowodany ogółem 127,97 g, węglowodany przyswajalne 98,63 g

Zupa brokułowa z ziemniakami 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,3,6,9,10,5,11,13/
biodrówka 20 g, woda wodociągowa 500 ml, marchew 30 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, Brokuł mrożony kg 80 g, pietruszka nać 1,9998 g, koper 1,9998 g, śmietana 12% tł. 10 g, mąka pszenna 2 g, jarzynka 200g 1 g, bulion kostka 1 g, pieprz sztuki 1 g, ziemniaki 50 g
Dietetyczny sos pomidorowy z makaronem 210 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/
makaron 100 g, łopátka mielona 100 g, włoszczyzna suszona 100g 0,01 szt., koncentrat pomidorowy szt 10 g, jarzynka 200g 5 g, mąka pszenna 8 g, bulion kostka 5 g, śmietana 12% tł. 8 g
Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/
Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g
Kompót z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/
cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

612 kcal
białko ogółem 28,41 g, błonnik pokarmowy 4,38 g, cukry 4,8 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,5 g, sól 4,46 g, tłuszcz 24,41 g, węglowodany ogółem 72,31 g, węglowodany przyswajalne 62,85 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

galaretka z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5 g, Marchew mrożona 50 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2266 kcal, białko ogółem 107,96 g, kwasy tłuszczowe nasycone 33,44 g, sól 12,47 g, tłuszcz 68,9 g, węglowodany ogółem 307,39 g, węglowodany przyswajalne 249,87 g, cukry 47,92 g, błonnik pokarmowy 20,67 g,

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów + zmien. konsyst. (mielona)

Śniadanie

492 kcal
białko ogółem 19,84 g, błonnik pokarmowy 8,48 g, cukry 5,05 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,28 g, sól 2,59 g, tłuszcz 18,23 g, węglowodany ogółem 65,41 g, węglowodany przyswajalne 51,31 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

kiełbasa krakowka parzona /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kiełbasa krakowka parzona 33 g

ser kanapkowy w plastrach /Alergeny: 1,7/

ser kanapkowy w plastrach 30 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 40 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

46 kcal
białko ogółem 0,7 g, błonnik pokarmowy 1,4 g, cukry 8,6 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,04 g, tłuszcz 0,4 g, węglowodany ogółem 9,1 g

mus warzywny

mus warzywny 100 g

Obiad

843 kcal
białko ogółem 43,52 g, błonnik pokarmowy 11,97 g, cukry 15,72 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,33 g, sól 4,81 g, tłuszcz 14,14 g, węglowodany ogółem 133,86 g, węglowodany przyswajalne 106,12 g

Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami, zabielan 300 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10,5,11,13/

fasolka szparagowa mrożona kg 115 g, marchew 30 g, pietruszka korzeń kg 15 g, seler 15 g, ziemniaki 100 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, mąka pszenna 3 g, śmietana 12% tł. 10 g, pieprz sztuki 1 g

Dietetyczny sos pomidorowy z makaronem 210 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/

makaron 100 g, łopata mielona 100 g, włoszczyzna suszona 100g 0,01 szt., koncentrat pomidorowy szt 10 g, jarzynka 200g 5 g, mąka pszenna 8 g, bulion kostka 5 g, śmietana 12% tł. 8 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot z mrożonych owoców bez cukru 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, kompot mrożony 80 g

Podwieczorek

92 kcal
cukry 22 g, węglowodany ogółem 22 g

soczki b/c

soczki b/c 220 ml

Kolacja

541 kcal
białko ogółem 28,06 g, błonnik pokarmowy 10,31 g, cukry 4,53 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,79 g, sól 4,4 g, tłuszcz 20,63 g, węglowodany ogółem 64,28 g, węglowodany przyswajalne 51,65 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

galaretka z kurczaka 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

ćwiartki z kurczaka 100 g, pietruszka korzeń kg 10 g, seler 10 g, żelatyna 50g 0,01 szt., jarzynka 200g 5 g, Marchew mrożona 50 g

sałata

sałata 15,0003 g

herbata parzona 250 g /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 250 ml, herbata 0,1 g

Suma posiłków: 2014 kcal, białko ogółem 92,12 g, błonnik pokarmowy 32,16 g, cukry 55,9 g, kwasy tłuszczowe nasycone 24,44 g, sól 11,8 g, tłuszcz 53,4 g, węglowodany ogółem 294,65 g, węglowodany przyswajalne 209,08 g,