

## JADŁOSPIS 06/03/2024 ŚRODA

### DIETA PODSTAWOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT OWOCOWY 150G	SOK POMIDOROWY 150ML	ZUPA BROKUŁOWA 300ML	BISZKOPTY 5 SZT.	KAKAO, CUKIER 250ML	CHLEB PSZENNY 60G
CHLEB PSZENNY 60G	MANDARYNKI 1 SZT.	KOPYTKA 200G		PANCAKES PEŁNOZIARNISTE 350G	MASŁO 3G
CHLEB GRAHAM 30G		SOS PIECZARKOWY 200G		DIP ŚMIETANKOWY 25G	WĘDLINA 20G
MASŁO 10G		KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML			SAŁATA 5G
HERBATA, CUKIER 250ML		KOMPOT 250ML			
TWAROŻEK ZIARNISTY Z POMIDOREM I BAZYLIĄ 100G					
WĘDLINA 50G					
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>		<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN, JAJKO</b>	<b>GLUTEN, MAKA, JAJKO</b>	<b>GLUTEN, MLEKO</b>

### DIETA CUKRZYCOWA:

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	II KOLACJA/ POSILEK NOCNY
JOGURT NATURALNY 150G	MANDARYNKA 1 SZT.	ZUPA BROKUŁOWA 300ML	WAFLE RYŻOWE 3 SZT.	KAKAO 250ML	KANAPKA Z PIECZYWA RAZOWEGO Z SAŁATĄ, MASŁEM/ CHUDĄ WĘDLINĄ
CHLEB GRAHAM 90G	SOK POMIDOROWY 150ML	MAKARON RAZOWY 200G		PANCAKES PEŁNOZIARNISTE 350G	
MASŁO 10G		SOS PIECZARKOWY 200G		DIP ŚMIETANKOWY 25G	
HERBATA 250ML		KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML			
WĘDLINA 50G		KOMPOT 250ML			
TWAROŻEK Z SUSZONYM POMIDOREM I BAZYLIĄ 100G					
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>		<b>GLUTEN, MLEKO,</b>		<b>GLUTEN, MLEKO, JAJKO</b>	<b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b>

**DIETA LEKKOSTRAWNA:**

<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>II KOLACJA/ POSILEK NOCNY</b>
JOGURT OWOCOWY 150G	ZUPA BROKUŁOWA 300ML	KAKAO, CUKIER 250ML	BISZKOPTY 5 SZT.
CHLEB PSZENNY 90G	KOPYTKA 200G	CHLEB PSZENNY 90G	
MASŁO 10G	PIECZONA CUKINIA 100G	MASŁO 10G	
HERBATA, CUKIER 250ML	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML	TWARÓG CHUDY 100G	
TWAROŻEK ZIARNISTY Z BAZYLIĄ 100G	KOMPOT 250ML	MIÓD 24G	
WĘDLINA 40G	BURACZKI 130G	POMIDOR 50G	
MIX SAŁAT 10G			
MANDARYNKA 1 SZT.			
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN, JAJKO</b>

**DIETA LEKKOSTRAWNA- NISKOTŁUSZCZOWA**

<b>ŚNIADANIE</b>	<b>OBIAD</b>	<b>KOLACJA</b>	<b>II KOLACJA/ POSILEK NOCNY</b>
JOGURT OWOCOWY 150G	ZUPA BROKUŁOWA 300ML	KAKAO, CUKIER 250ML	BISZKOPTY 5 SZT.
CHLEB PSZENNY 90G	KOPYTKA 200G	CHLEB PSZENNY 90G	
MASŁO 10G	PIECZONA CUKINIA 100G		
HERBATA, CUKIER 250ML	KOKTAJL TRUSKAWKOWY 250ML	TWARÓG CHUDY 100G	
TWAROŻEK ZIARNISTY Z BAZYLIĄ 100G	KOMPOT 250ML	MIÓD 25G	
WĘDLINA 40G	BURACZKI 130G	POMIDOR 50G	
MIX SAŁAT 10G			
MANDARYNKA 1 SZT.			
<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN,</b>	<b>MLEKO, GLUTEN, JAJKO</b>