

10.04.2024 ŚRODA

PODSTAWOWA	CUKRZYCA	LEKKOSTRAWNA	NISKOTŁUSZCZOW A	NISKORESZTKOW A
ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Paszтет 100g (2,3), Ser twarogowy chudy 60g (1), Pomidor 50g,	ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (1), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna bez cukru 250ml, Paszтет 100g (2,3), Ser twarogowy chudy 60g (1), Pomidor 50g,	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Ser twarogowy chudy 100g (1), Pomidor (bez skórki) 50g, Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g,	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Herbata czarna z cukrem 250ml, Ser twarogowy chudy 100g (1), Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g, Pomidor (bez skórki) 50g,	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g,
DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE
Pomarańcza 0,5szt., Suchary 3szt. (1,2),	Kiwi 1szt., Wafle ryżowe 3szt,	Pomarańcza 0,5szt.,	Pomarańcza 0,5szt.,	Jabłko 1 szt.,
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Kompot 250ml, Zupa kapuśniak 300ml P/C (1), Pieczeń rzymska P/C/L 100g (2,3), Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z marchewki z porem 130g (1), Warzywa gotowane 130g,	Kompot 250ml, Zupa kapuśniak 300ml P/C (1), Pieczeń rzymska P/C/L 100g (2,3), Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Kasza pęczak gotowana 200g Surówka z marchewki z porem 130g (1), Warzywa gotowane 130g,	Kompot 250ml, Zupa krem z dyni 300g (5), Pieczeń rzymska P/C/L 100g (2,3), Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywa gotowane 130g, Brokuły gotowane 130g	Kompot 250ml, Zupa krem z dyni 300g (5), Pieczeń rzymska P/C/L 100g (2,3), Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywa gotowane 130g, Brokuły gotowane 130g	Kompot 250ml, Zupa krem z dyni 300g (5), Pieczeń rzymska P/C/L 100g (2,3), Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywa gotowane 130g, Brokuły gotowane 130g
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK			
Sok pomidorowy 200ml,	Sok pomidorowy 200ml,			
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus mango W 50g, Szyńka wieprzowa 50g, Ogórek 50g,	Herbata czarna bez cukru 250ml, Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Deser owsiany z mango 250g (1,2,), Szyńka wieprzowa 50g, Ogórek 50g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus mango W 50g, Szyńka wieprzowa 50g, Mix sałat 10g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus mango W 50g, Szyńka wieprzowa 50g, Mix sałat 10g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus mango W 50g, Szyńka wieprzowa 50g, Sok pomidorowy 200ml,
POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY
Chałka 70g (1,2,3),	KANAPKA positek nocny 1sz. (1,2) C	Chałka 70g (1,2,3),	Chałka 70g (1,2,3),	Chałka 70g (1,2,3),

ALERGENY SPIS:

1 - MLEKO, 2- GLUTEN, 3- JAJKO, 4- RYBY, 5- SELER, 6- ORZECHY, 7- SEZAM, 8- SKORUPIAKI, 9- GORCZYCA