

19.04.2024 PIĄTEK

PODSTAWOWA	CUKRZYCA	LEKKOSTRAWNA	NISKOTŁUSZCZOWA
ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Kawa, napar z cukrem i mlekiem 250ml (1), Ser gouda 40g (1), Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g, Ogórek świeży 50g,	ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (1), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Kawa, napar bez cukru z mlekiem 250ml (1), Ser gouda 40g (1), Szynka wieprzowa 50g, Ogórek świeży 50g,	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kawa, napar z cukrem i mlekiem 250ml (1), Ser twarogowy chudy 100g (1), Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g, Budyń na mleku krowim 150ml (1),	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Kawa, napar z cukrem i mlekiem 250ml (1), Ser twarogowy chudy 100g (1), Dżem 100% owoców (różne rodzaje) 25g, Mix sałat 10g,
DRUGIE ŚNIADANIE Mandarynki 1szt., Budyń na mleku krowim 150ml (1),	DRUGIE ŚNIADANIE Mandarynki 1szt., Budyń na mleku krowim bez cukru 150ml (1),	DRUGIE ŚNIADANIE Banan 1 szt.,	DRUGIE ŚNIADANIE Banan 1 szt.,
OBIAD Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Zupa krupnik 300g (2,5), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z ogórka kiszzonego 130g,	OBIAD Kompot 250ml, Pieczywo chrupkie wieloziarniste WAZA 3szt. (2), Zupa krupnik 300g (2,5), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Kasza bulgur 200g (1), Surówka z ogórka kiszzonego 130g,	OBIAD Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Zupa krupnik 300g (2,5), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywa gotowane 130g,	OBIAD Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Zupa krupnik 300g (2,5), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy lekki 70g (1,2), Ziemniaki gotowane 200g, Warzywa gotowane 130g,
PODWIECZOREK Herbatniki 5szt. (1,2,3),	PODWIECZOREK Wafle ryżowe 3szt,		
KOLACJA Herbata czarna z cukrem 250ml, Sałatka pełnoziarnista makaronowa z kurczakiem i warzywami 350g (1,2,3),	KOLACJA Herbata czarna bez cukru 250ml, Sałatka pełnoziarnista makaronowa z kurczakiem i warzywami 350g (1,2,3),	KOLACJA Herbata czarna z cukrem 250ml, Sałatka makaronowa z kurczakiem i gotowaną marchewką i pietruszką 350g L/N (1,2,3),	KOLACJA Herbata czarna z cukrem 250ml, Sałatka makaronowa z kurczakiem i gotowaną marchewką i pietruszką 350g L/N (1,2,3),
POSIŁEK NOCNY KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P K: 2629.4 / B: 115.1 T: 98.9 / WP: 290.0 F: 29.2 / WW: 28.9	POSIŁEK NOCNY KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) C K: 2456.6 / B: 128.0 T: 97.5 / WP: 244.5 F: 42.8 / WW: 24.1	POSIŁEK NOCNY KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P K: 2462.5 / B: 126.8 T: 44.9 / WP: 350.1 F: 27.9 / WW: 35.2	POSIŁEK NOCNY KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P K: 2387.7 / B: 126.7 T: 36.6 / WP: 350.0 F: 27.9 / WW: 35.2

ALERGENY SPIS:

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