

27.03.2024 ŚRODA

PODSTAWOWA	CUKRZYCA	LEKKOSTRAWNA	NISKOTŁUSZCZOWA	NISKORESZTKOWA
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Hummus kukurydziany 100g (1,3), P/C Pomidor 50g, Ser topiony 20g (1),	Jogurt naturalny 150g (1), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna bez cukru 250ml, Hummus kukurydziany 100g (1,3), P/C Pomidor 50g, Ser topiony 20g (1),	Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Rukola 10g,	Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Herbata czarna z cukrem 250ml, Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Rukola 10g, Budyń na mleku krowim 150ml (1),	Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Budyń na mleku krowim 150ml (1),
DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE	DRUGIE ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE
Budyń na mleku krowim 150ml (1), Jabłko pieczone 1szt.,	Budyń na mleku krowim 150ml (1), Jabłko pieczone 1szt.,	Jabłko pieczone 1szt.,	Jabłko pieczone 1szt.,	Jabłko pieczone 1szt.,
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Zupa barszcz czerwony 300g (1,5), Gulasz drobiowy 200g (1,2,5) W Ryż biały 200g, Surówka wielowarzywna 130g (1),	Kompot 250ml, Pieczywo chrupkie wielozłazniste WAZA 3szt. (2), Zupa barszcz czerwony 300g (1,5), Gulasz drobiowy 200g (1,2,5) W Kasza pęczak gotowana 200g Surówka wielowarzywna 130g	Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Krem z marchewki i jabłka 300ml (5), Gulasz drobiowy 200g (1,2,5) W Ryż biały 200g, Warzywa gotowane 130g,	Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Krem z marchewki i jabłka 300ml (5), Gulasz drobiowy 200g (1,2,5) W Ryż biały 200g, Warzywa gotowane 130g,	Kompot 250ml, Ciastko kruche 3szt. (1,2,3) Krem z marchewki i jabłka 300ml (5), Gulasz drobiowy 200g (1,2,5) W Ryż biały 200g, Warzywa gotowane 130g,
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK			
Podpłomyki z cukrem 3szt. (1,2),	Podpłomyki bez cukru 3szt. (1,2),			
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Herbata czarna z cukrem 250ml, Jajecznica z 2 jaj (1,3), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Szyunka drobiowa 50g, Rukola 10g,	Herbata czarna bez cukru 250ml, Jajecznica z 2 jaj (1,3), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Szyunka drobiowa 50g, Rukola 10g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Jajecznica z 2 jaj (1,3), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Szyunka drobiowa 50g, Pomidor (bez	Herbata czarna z cukrem 250ml, Ryżanka z musm bananowym 200g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Szyunka drobiowa 50g, Pomidor (bez skórki) 50g,	Herbata czarna z cukrem 250ml, Ryżanka z musm bananowym 200g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Szyunka drobiowa 50g,
POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY	POSIŁEK NOCNY
Sok pomidorowy 200ml,	KANAPKA posiłek nocny 1sz. (1,2) C	Sok pomidorowy 200ml,	Sok pomidorowy 200ml,	Sok pomidorowy 200ml,

ALERGENY SPIS:

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