

23.04.2024 wtorek

PODSTAWOWA	CUKRZYCA	LEKKOSTRAWNA	NISKOTŁUSZCZOWA
ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Kakao 250ml (1), Hummus szpinakowo- serowy 100g P/C (1,3), Rzodkiewka 50g, Ser gouda 20g (1),	ŚNIADANIE Jogurt naturalny 150g (1), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Kakao 250ml (1), Hummus szpinakowo- serowy 100g P/C (1,3), Rzodkiewka 50g, Ser gouda 20g (1),	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kakao 250ml (1), Pasta twarogowo- szpinakowa 100g L/N (1), Budyń na mleku krowim 150ml (1), Warzywa gotowane 50g,	ŚNIADANIE Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Kakao 250ml (1), Pasta twarogowo- szpinakowa 100g L/N (1), Pomidor (bez skórki) 50g, Budyń na mleku krowim 150ml (1),
DRUGIE ŚNIADANIE Budyń na mleku krowim 150ml (1), Jabłko pieczone 1szt.,	DRUGIE ŚNIADANIE Budyń na mleku krowim bez cukru 150ml (1), Jabłko pieczone 1szt.,	DRUGIE ŚNIADANIE Jabłko pieczone 1szt.,	DRUGIE ŚNIADANIE Jabłko pieczone 1szt.,
OBIAD Kompot 250ml, Koktajl czekoladowy 250ml P/L/C (1), Zupa z fasolki szparagowej 300ml (1,5), Makaron pszenny gotowany 200g (2), Sos boloński 200g (5) W,	OBIAD Kompot 250ml, Koktajl czekoladowy 250ml P/L/C (1), Zupa z fasolki szparagowej 300ml (1,5), Makaron pełnoziarnisty 200g (2), Sos boloński 200g (5) W,	OBIAD Kompot 250ml, Koktajl czekoladowy 250ml P/L/C (1), Krem z marchewki i jabłka 300ml (5), Grzanki 20g (2), Makaron pszenny gotowany 200g (2), Sos boloński 200g (5) W,	OBIAD Kompot 250ml, Koktajl czekoladowy 250ml P/L/C (1), Krem z marchewki i jabłka 300ml (5), Grzanki 20g (2), Makaron pszenny gotowany 200g (2), Sos boloński 200g (5) W,
PODWIECZOREK Sok pomidorowy 200ml,	PODWIECZOREK Sok pomidorowy 200ml,		
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 marakuja W 50g, Szynka wieprzowa 50g, Rukola 10g,	KOLACJA Herbata czarna bez cukru 250ml, Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Owsianka waniliowa 200g (1), Mus marakuja W 50g, Szynka wieprzowa 50g, Rukola 10g,	KOLACJA Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus marakuja W 50g, Szynka wieprzowa 50g, Cukinia pieczona 50g,	KOLACJA Herbata czarna z cukrem 250ml, Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Kasza manna waniliowa 200g (1,2), Mus marakuja W 50g, Szynka wieprzowa 50g, Rukola 10g,
POSIŁEK NOCNY Bułeczki maślane 2szt. (1,2,3),	POSIŁEK NOCNY KANAPKA positek nocny 1sz. - pieczywo graham, masło, wędlina, sałata (1,2) C	POSIŁEK NOCNY Bułeczki maślane 2szt. (1,2,3),	POSIŁEK NOCNY Bułeczki maślane 2szt. (1,2,3),
K: 3025.7 / B: 118.4 T: 99.3 / WP: 337.3 F: 36.5 / WW: 34.1	K: 2820.1 / B: 124.0 T: 102.2 / WP: 326.9 F: 50.0 / WW: 32.8	K: 2843.5 / B: 114.5 T: 78.1 / WP: 346.2 F: 30.9 / WW: 35.0	K: 2780.2 / B: 115.2 T: 70.0 / WP: 347.5 F: 31.7 / WW: 35.1

ALERGENY SPIS:

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