

24.04.2024 środa

PODSTAWOWA	CUKRZYCA	LEKKOSTRAWNA	NISKOTŁUSZCZOWA
<b>ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 2szt (2), Chleb graham 1szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Jajko gotowane 1szt. (3), Salsa groszkowo- paprykowa 60g (1), Serek kanapkowy twarogowy 100g (1),	<b>ŚNIADANIE</b> Jogurt naturalny 150g (1), Chleb graham 3szt. (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna bez cukru 250ml, Jajko gotowane 1szt. (3), Salsa groszkowo- paprykowa 60g (1), Serek kanapkowy twarogowy 100g (1),	<b>ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Masło ekstra 10g (1), Herbata czarna z cukrem 250ml, Jajko gotowane 1szt. (3), Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Kisiel owocowy bez cukru 150ml, Kalafior gotowany 50g,	<b>ŚNIADANIE</b> Jogurt owocowy 150g (1), Chleb pszenny 3szt (2), Herbata czarna z cukrem 250ml, Pomidor (bez skórki) 50g, Serek kanapkowy twarogowy 100g (1), Kisiel owocowy bez cukru 150ml,
<b>DRUGIE ŚNIADANIE</b> Kiwi 1szt., Kisiel owocowy bez cukru 150ml,	<b>DRUGIE ŚNIADANIE</b> Kiwi 1szt., Kisiel owocowy bez cukru 150ml,	<b>DRUGIE ŚNIADANIE</b> Mus jabłkowy 150g,	<b>DRUGIE ŚNIADANIE</b> Kiwi 1szt.,
<b>OBIAD</b> Kompot 250ml, Rosół 300ml (5), Makaron pszenny 50g (2), Pieczeń wieprzowo- wołowa W 100g, Sos pietruszkowy 70g (1,2) L/N Kopytka 200g (2,3), Buraczki 130g, Warzywa gotowane, bukiet 100g,	<b>OBIAD</b> Kompot 250ml, Rosół 300ml (5), Makaron pełnoziarnisty 50g (2), Pieczeń wieprzowo- wołowa W 100g, Sos pietruszkowy 70g (1,2) L/N Kasza bulgur 200g (1), Buraczki 130g, Warzywa gotowane, bukiet 100g,	<b>OBIAD</b> Kompot 250ml, Rosół 300ml (5), Makaron pszenny 50g (2), Pieczeń wieprzowo- wołowa W 100g, Sos pietruszkowy 70g (1,2) L/N Kopytka 200g (2,3), Buraczki 130g, Warzywa gotowane, bukiet 100g,	<b>OBIAD</b> Kompot 250ml, Rosół 300ml (5), Makaron pszenny 50g (2), Pieczeń wieprzowo- wołowa W 100g, Sos pietruszkowy 70g (1,2) L/N Kopytka 200g (2,3), Buraczki 130g, Warzywa gotowane, bukiet 100g,
<b>PODWIECZOREK</b> Podpłomyki z cukrem 3szt. (1,2).	<b>PODWIECZOREK</b> Podpłomyki bez cukru 3szt. (1,2).		
<b>KOLACJA</b> Herbata czarna z cukrem 250ml, Pancakes P/L 350g (1,2,3), Sos jogurtowo - owocowy 70g (1),	<b>KOLACJA</b> Herbata czarna bez cukru 250ml, Pancakes pełnoziarniste C 350g (1,2,3), Sos jogurtowo - owocowy 70g (1),	<b>KOLACJA</b> Herbata czarna z cukrem 250ml, Pancakes P/L 350g (1,2,3), Sos jogurtowo - owocowy 70g (1),	<b>KOLACJA</b> Herbata czarna z cukrem 250ml, Sos jogurtowo - owocowy 150g (1), Makaron pszenny 200g (2),
<b>POSIŁEK NOCNY</b> KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P (chleb pszenny, masło, wędlina, sałata), K: 2972.2 / B: 112.0 T: 89.6 / WP: 388.8 F: 29.0 / WW: 39.2	<b>POSIŁEK NOCNY</b> KANAPKA posiłek nocny 1sz.- pieczywo graham, masło, wędlina, sałata (1,2) C K: 2621.3 / B: 110.8 T: 87.5 / WP: 309.6 F: 54.8 / WW: 31.0	<b>POSIŁEK NOCNY</b> KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P (chleb pszenny, masło, wędlina, sałata), K: 2960.8 / B: 107.9 T: 89.1 / WP: 394.1 F: 27.8 / WW: 39.8	<b>POSIŁEK NOCNY</b> KANAPKA posiłek nocny 1szt. (1,2) P (chleb pszenny, masło, wędlina, sałata), K: 1848.9 / B: 72.4 T: 53.3 / WP: 235.5 F: 22.4 / WW: 23.8

#### ALERGENY SPIS:

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