

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-13 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Jajecznica 100g (7,9) 100g , papryka 70g 70g , Herbata 300ml 300ml , szynka drobiowa 30 gr alergeny 1,3,6,7,9 30g , sałata 30g 30g , II Śniadanie: Budyń b/c 200ml (1,7) 200ml (MLE),	Kalafiorowa z ziemniakami 500ml (1,7,9) 500ml , Kasza gryczana 230g (1,7) 230g , Gulasz z żołądków drobiowych 200g (1,7,9) 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Brokuły z wody 200g 200g , Banan 200g 200g , Podwieczorek: Jabłko gotowane 200g 200g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Połędwica sopocka 60g (1,6,7,9,10) 60g , sałata 30g 30g , Papryka 70g 70g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (9) 300ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 237.29 g; Energia: 2463.40 kcal; Woda: 1596.49 g; Białko ogółem: 102.46 g; białko zwierzęce: 54.72 g; białko roślinne: 47.74 g; Tłuszcz: 86.44 g; Węglowodany ogółem: 361.94 g; Sód: 11522.32 mg; Potas: 5786.22 mg; Wapń: 767.47 mg; Witamina C: 518.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3301.91 ug; Błonnik pokarmowy: 46.46 g;		
poniedziałek 2023-11-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
zupa mleczna- zacierka na mleku 400ml 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Jajecznica 100g (7,9) 100g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), papryka 70g 70g , szynka drobiowa 30 gr alergeny 1,3,6,7,9 30g , chleb graham 40gr.alergen 1 40g , sałata 30g 30g ,	grochówka 500 ml. alergeny 9,10 500ml , kasza gryczana 230gr. 230g , Gulasz z żołądków drobiowych 200 g 1,3,6,7,9 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Brokuły z wody 200 gr 200g , Banan 200g 200g , Podwieczorek: Jabłko 200g 200g ,	Herbata 300ml. 300ml , Pasztet drobiowy 50g (1,6,7,9,10) 50g , Papryka 70g 70g , chleb graham 40gr.alergen 1 40g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , sałata 30g 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 246.35 g; Energia: 2631.36 kcal; Woda: 1276.27 g; Białko ogółem: 115.60 g; białko zwierzęce: 57.59 g; białko roślinne: 58.01 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 420.93 g; Sód: 11085.54 mg; Potas: 5555.43 mg; Wapń: 1039.37 mg; Witamina C: 449.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3303.97 ug; Błonnik pokarmowy: 44.09 g;		
wtorek 2023-11-14 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , twaróg 50gr. alergeny 7 50g , Herbata 300ml 300ml , Jabłko 200g 200g , II Śniadanie: Kisiel z jabłkiem b/c 200ml (1) 200ml ,	Koperkowa z ryżem 500ml (1,9) 500ml , Pierogi ruskie z masłem 300g (1,3,7,9) 300g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , pomarańcza 250g 250g , Surówka z marchewki i jabłka 200g (9) 200g , Podwieczorek: Szynka gotowana ex 50g 1,3,6,7,9 50g , Chleb graham 40g (1) 40g , Masło 10g (7) 10g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , szynka luksusowa 60g alergeny 1,3,6,7,9 60g , sałata 10g 10g , Cwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (7) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 89.73 g; Energia: 4865.22 kcal; Woda: 1072.87 g; Białko ogółem: 90.49 g; białko zwierzęce: 43.26 g; białko roślinne: 47.24 g; Tłuszcz: 346.60 g; Węglowodany ogółem: 394.36 g; Sód: 6304.08 mg; Potas: 3521.93 mg; Wapń: 527.00 mg; Witamina C: 71.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3250.02 ug; Błonnik pokarmowy: 41.58 g;		
wtorek 2023-11-14 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml, alergeny 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Dżem 80gr.alergen 12 80g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), twaróg 50gr. alergeny 7 50g , Chleb graham 40g (1) 40g , Jabłko 200g 200g ,	Ogórkowa z ryżem 400ml (1,7,9) 400ml , Pyzy z mięsem 250g (1,3,9) 250g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , pomarańcza 250g 250g , Podwieczorek: Szynka gotowana ex 30g 1,3,6,7,9 50g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 40g (1) 40g ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , szynka luksusowa 50g alergeny 1,3,6,7,9 50g , masło 20 gr alergen 7 20g , sałata 10g 10g , Chleb graham 40g (1) 40g , cwikła z chrzanem 100 gr.alergen 12 100g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 53.71 g; Energia: 5212.50 kcal; Woda: 766.92 g; Białko ogółem: 94.21 g; białko zwierzęce: 49.30 g; białko roślinne: 44.91 g; Tłuszcz: 362.06 g; Węglowodany ogółem: 463.81 g; Sód: 7539.29 mg; Potas: 4543.51 mg; Wapń: 814.78 mg; Witamina C: 82.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 792.91 ug; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-15		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Parówka na gorąco 100g (1,6,7,9,10) 100g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml 300ml , II Śniadanie: Paszтет drobiowy 50g (1,6,7,9,10) 50g , Chleb graham 50g (1) 50g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml (1,7,9) 400ml , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Pulpet drobiowy z warzywami 100g (1,3,7,9) 100g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (1) 200g , Buraczki z chrzanem 200g (9) 200g , Sos koperkowy 150g (1,7,9) 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (7) 1szt ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Pasta twarogowa z wędliną 60g (1,6,7,9,10) 60g , sałata 30g 30g , Ogórek kiszony 70g 30g , Posiłek nocny: Kefir 1 szt. 200g (7) 1szt ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 144.01 g; Energia: 2632.03 kcal; Woda: 1136.75 g; Białko ogółem: 97.50 g; białko zwierzęce: 49.28 g; białko roślinne: 48.22 g; Tłuszcz: 102.58 g; Węglowodany ogółem: 367.07 g; Sód: 11063.61 mg; Potas: 4065.13 mg; Wapń: 663.87 mg; Witamina C: 92.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1110.31 ug; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;		
środa 2023-11-15		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
kakao 300 ml. alergen7 300ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Parówka na gorąco 100g (1,6,7,9,10) 100g , Rzodkiewka 60g 60g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), sałata 30g 30g , chleb graham 40gr.alergen 1 40g , Ketchup 20g (1,9,12) 20g ,	jarzynowa z ziemniakami 400ml alergeny 7,9,10 400ml , kasza jęczmienna na sypko 200gr.alergen 1 230g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , kotlet mielony z pieczarkami 100gr.alergen 1,3 100g , Buraczki z chrzanem 200 g 150g , Sos koperkowy 150g (1,7,9) 150g , Podwieczorek: szynka konserwowa 50g alergeny 1,3,6,7,9 50g , Masło 10g. alergen 7 10g , chleb graham 40gr.alergen 1 40g ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Pasta twarogowa z wędliną 60g (1,6,7,9,10) 60g , sałata 30g 30g , masło 20 gr alergen 7 20g , Ogórek kiszony 40g 40g , Chleb graham 40g (1) 40g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 158.65 g; Energia: 3067.21 kcal; Woda: 899.71 g; Białko ogółem: 103.57 g; białko zwierzęce: 58.32 g; białko roślinne: 45.26 g; Tłuszcz: 142.12 g; Węglowodany ogółem: 405.19 g; Sód: 9926.90 mg; Potas: 4147.52 mg; Wapń: 776.87 mg; Witamina C: 86.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 767.88 ug; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;		
czwartek 2023-11-16		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Szynka gotowana ex 50g 1,3,6,7,9 50g , sałata 30g 30g , Herbata 300ml. 300ml , Papryka 70g 70g , II Śniadanie: Polędwica drobiowa 50g (1,6,7,9,10) 50g , Chleb graham 50g (1) 50g , Masło 10g (7) 10g ,	Selerowa z makaronem 500ml (1,3,7,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml.alergen 9 300ml , Gulasz drobiowy z jarzynami 200g. alergen 1 200g , Surówka z kapusty kiszonej 200g (9) 200g , Podwieczorek: Paszтет drobiowy 50g alergen1,3,6,7,9 50g , Chleb graham 50g (1) 50g , Masło 10g (7) 10g ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb graham 150g (1) 150g , Kiełbasa biała na gorąco 100g (1,6,7,9,10) 100g , Pomidor 70g 70g , sałata 30g 30g , Ketchup 20g (1,9,12) 20g , Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe 80g (1,3,7) 80g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 186.39 g; Energia: 2774.33 kcal; Woda: 1296.59 g; Białko ogółem: 122.05 g; białko zwierzęce: 60.82 g; białko roślinne: 61.24 g; Tłuszcz: 92.86 g; Węglowodany ogółem: 408.81 g; Sód: 12321.67 mg; Potas: 5316.11 mg; Wapń: 411.46 mg; Witamina C: 233.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2993.81 ug; Błonnik pokarmowy: 50.93 g;		
czwartek 2023-11-16		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml, alergeny1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), Masło 20g (7) 20g , chleb pszenny 60gr. alergen 1 60g , Szynka gotowana ex 50g 1,3,6,7,9 50g , ćwikła z chrzanem 60gr.alergen 1,3,7,6,9,10 100g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), chleb graham 40gr.alergen 1 40g ,	Selerowa z makaronem 500ml (1,3,7,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 230gr. 230g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Bigos z miesem wieprzowym i kiełbasą 300g. alergen 1,3,6,7,9 300g , Banan 200g 200g , Podwieczorek: Ser fro-mage 50g (7) 50g ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 100g alergeny 1 100g , Pomidor 70g 70g , Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 30g 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 254.61 g; Energia: 2747.35 kcal; Woda: 1359.96 g; Białko ogółem: 119.80 g; białko zwierzęce: 71.43 g; białko roślinne: 48.37 g; Tłuszcz: 98.90 g; Węglowodany ogółem: 403.59 g; Sód: 10783.66 mg; Potas: 6064.88 mg; Wapń: 959.24 mg; Witamina C: 274.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 10971.06 ug; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-11-17		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , twaróg 50gr. alergeny 7 50g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml. 300ml , sałata 30g 30g , II Śniadanie: budyń b/c 200ml. alergen 1,7 200ml (MLE),	Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7,9) 400ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , Ryba panga gotowana 100 g alergen 1,4 100g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml.alergeny 9 300ml , Fasolka szparagowa z wody 200g (1,7,9) 200g , Sos pietruszkowy 150g (1,7,9) 150g , Jabłko 200g 200g , Podwieczorek: chleb graham 40gr.alergeny 1 40g , Masło 10g. alergen 7 10g , szynka drobiowa 50 gr alergeny 1,3,6,7,9 50g ,	Herbata 300ml. 300ml , masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Pasta z jaj 60g (1,3,7,9,10) 60g , sałata 30g 30g , Ogórek zielony 70g 70g , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml (9) 300ml ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 173.66 g; Energia: 2917.23 kcal; Woda: 1603.95 g; Białko ogółem: 124.88 g; białko zwierzęce: 73.45 g; białko roślinne: 51.43 g; Tłuszcz: 110.16 g; Węglowodany ogółem: 399.66 g; Sód: 10230.04 mg; Potas: 5880.59 mg; Wapń: 787.44 mg; Witamina C: 191.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1958.35 ug; Błonnik pokarmowy: 46.53 g;		
piątek 2023-11-17		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350 ml, alegeny 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Paprykarz 50g (1,3,4,6,7,9) 50g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), chleb graham 40gr.alergeny 1 40g , sałata 30g 30g ,	tomidorowa z ryżem 400ml. alergeny 1,3,5,6,7,8,10,11,13 400ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , śledzie w śmietanie z ogórkiem kiszonym 170g 1,4 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Fasolka szparagowa z wody 200g (1,7,9) 200g , Jabłko 200g 200g , Podwieczorek: Sałatka jarzynowa 150g (1,3,7,9,10) 150g ,	Herbata 300ml. 300ml , masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Pasta z jaj 60g (1,3,7,9,10) 60g , sałata 30g 30g , ogórek zielony 70g 40g , Chleb graham 40g (1) 40g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 198.26 g; Energia: 3120.21 kcal; Woda: 1485.63 g; Białko ogółem: 93.71 g; białko zwierzęce: 47.97 g; białko roślinne: 45.74 g; Tłuszcz: 218.76 g; Węglowodany ogółem: 428.72 g; Sód: 9158.68 mg; Potas: 5663.60 mg; Wapń: 1011.98 mg; Witamina C: 166.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3167.75 ug; Błonnik pokarmowy: 42.06 g;		
sobota 2023-11-18		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Golonko prasowane drobiowe 50g (1,6,7,9,10) 50g , Ogórek kiszony 70g 70g , Herbata 300ml. 300ml , Sałata 30g 30g , II Śniadanie: Maślanka 200ml (7) 200ml ,	barszcz biały 500ml. alergeny 9,10 500ml , makaron z wody 200gr.alergeny 1,3 230g , Sos Risotto dietetyczne z fasolką i włoszczyzną 200g (1,7,9) 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml.alergeny 9 300ml , Gruszka 150g 150g , Podwieczorek: Kefir 1 szt. 200g (7) 1szt ,	Herbata 300ml. 300ml , masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Szynka gotowana ex 60g 1,3,6,7,9, 50g , Pomidor 70g 70g , Posiłek nocny: Polędwica drobiowa 30g (1,6,7,9,10) 30g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 50g (1) 50g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 130.38 g; Energia: 2445.10 kcal; Woda: 1194.06 g; Białko ogółem: 100.10 g; białko zwierzęce: 52.93 g; białko roślinne: 47.17 g; Tłuszcz: 86.31 g; Węglowodany ogółem: 351.53 g; Sód: 9280.46 mg; Potas: 3816.78 mg; Wapń: 557.85 mg; Witamina C: 78.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1304.18 ug; Błonnik pokarmowy: 38.04 g;		
sobota 2023-11-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
zupa ml.-kasza kukurydziana 350 ml. 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Ser żółty 50g (7) 50g , Ogórek kiszony 70g 70g , Herbata 300ml. 300ml , kakao 300 ml. alergen7 300ml (MLE), Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 30g 30g ,	makaron z wody 200gr.alergeny 1,3 230g , Sos pieczarkowy z mięsem drobiowym 200g (1,7,9) 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Gruszka 150g 150g , barszcz biały 500ml. alergeny 9,10 500ml , Podwieczorek: Kefir 1 szt. 200g (7) 1szt ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , masło 20 gr alergen 7 20g , Pomidor 70g 70g , Kielbasa krakowska wieprzowa 60g (1,6,7,9,10) 60g , Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 30g 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 132.27 g; Energia: 2633.00 kcal; Woda: 894.44 g; Białko ogółem: 100.59 g; białko zwierzęce: 59.81 g; białko roślinne: 40.78 g; Tłuszcz: 104.70 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; Sód: 8490.02 mg; Potas: 3633.98 mg; Wapń: 1188.32 mg; Witamina C: 76.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1088.38 ug; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-11-19		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWIA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , twaróg 50gr. alergen 7 50g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml 300ml , Paszтет drobiowy 30g (1,6,7,9,10) 30g , II Śniadanie: Serek homo naturalny 150g (7) 1szt ,	Rosół z makaronem razowym 400ml (1,3,9) 400ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , Udko z kurczaka gotowane 150g alergen 9,10 150g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Kalańior z wody 200g 200g , Sos potrawkowy z włośzczyzną 150g (1,7,9) 150g , Śliwki 70 gr 70g , Podwieczorek: Paszтет drobiowy 50g (1,6,7,9,10) 50g , Chleb graham 40g (1) 40g , Masło 10g (7) 10g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Pasta z makreli wędzonej i twarogu 60g (1,3,4,6,7,9,10) 60g , Pomidor 70g 70g , Chleb graham 150g (1) 150g , Sałata 30g 30g , Posiłek nocny: twaróg 50gr. alergen 7 50g , Chleb graham 50g (1) 50g , Masło 10g (7) 10g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 103.51 g; Energia: 2870.69 kcal; Woda: 1364.41 g; Białko ogółem: 153.13 g; białko zwierzęce: 104.37 g; białko roślinne: 48.77 g; Tłuszcz: 124.30 g; Węglowodany ogółem: 323.77 g; Sód: 10411.20 mg; Potas: 4864.51 mg; Wapń: 502.90 mg; Witamina C: 188.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1801.38 ug; Błonnik pokarmowy: 41.21 g;		
niedziela 2023-11-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWIA		
Zupa mleczna z ryżem 350 ml, alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), masło 20 gr alergen 7 20g , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , twaróg 40gr. alergen 7 40g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml. 300ml , Kawa z mlekiem 250 ml, alergen 1,7 250ml (MLE), chleb graham 40gr.alergen 1 40g , Paszтет drobiowy 50g (1,6,7,9,10) 50g , Sałata 30g 30g ,	Rosół z makronem 400ml (1,3,9) 400ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , Udko z kurczaka pieczone 150g alergen 9,10 150g , Surówka z kapusty kiszzonej 200g (9) 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Śliwki 70 gr 70g , Podwieczorek: chleb graham 40gr.alergen 1 40g , Masło 10g. alergen 7 10g , Jajo gotowane 1 szt. alergen 3 50szt ,	Herbata 300ml. 300ml , Chleb baltonowski 100g (1) 100g , Pasta z makreli wędzonej i twarogu 60g (1,3,4,6,7,9,10) 60g , Pomidor 70g 70g , masło 20 gr alergen 7 20g , chleb graham 40gr.alergen 1 40g , Sałata 30g 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 134.86 g; Energia: 2813.97 kcal; Woda: 1256.28 g; Białko ogółem: 142.96 g; białko zwierzęce: 101.67 g; białko roślinne: 41.29 g; Tłuszcz: 113.74 g; Węglowodany ogółem: 362.70 g; Sód: 9993.93 mg; Potas: 5163.97 mg; Wapń: 871.50 mg; Witamina C: 129.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2499.57 ug; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;		

Dietetyk

.....