

dieta	Śniadanie – godz. 8	II Śniadanie - godz. 10	Obiad – godz. 13	Podwiecz. - godz.15	Kolacja – godz. 17	II Kolacja – godz. 20
<b>Podstawowa</b>	Kajzerka 50g 1 szt ( <b>gluten</b> ), masło roś 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ (60g) płatki żytnie ( <b>gluten</b> ) na <b>mleku</b> 350g, herbata 200g,		Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wyw.z drobiu ( <b>mleko, seler,</b> <b>gluten</b> ), kopytka z masłem <b>(gluten, jajka)</b> , surówka z marchwi z jabłkiem, kompot owocowy	galaretka	Chleb pszenny 70g 3 kromki <b>(gluten)</b> , masło rośl.15g, schab pieczony 50g <b>(mleko)</b> , <b>jajko</b> got.1szt 50g, sałata 5g 1 listek, pomidor ½ (70g), herbata 200g	serek homogenizowany waniliowy 1 szt 150g ( <b>mleko</b> )
<b>Podstawowa</b> oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1 szt ( <b>gluten</b> ), masło roś 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ (60g) płatki żytnie ( <b>gluten</b> ) na <b>mleku</b> 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 25g 1 kromka ( <b>gluten</b> ), masłem roś 10g, wędlina drobiowa 30g <b>(mleko, seler, soja)</b> , rzodkiewka 3 szt (30g) herbata z cytryną 200g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wyw.z drobiu ( <b>mleko, seler,</b> <b>gluten</b> ), kopytka z masłem <b>(gluten, jajka)</b> , surówka z marchwi z jabłkiem, kompot owocowy	galaretka	Chleb pszenny 50g 2 kromki <b>(gluten)</b> , masło rośl.15g, schab pieczony 30g <b>(mleko)</b> , <b>jajko</b> got.1szt 50g, sałata 5g 1 listek, pomidor ½ (70g), herbata 200g	serek homogenizowany waniliowy 1 szt 150g ( <b>mleko</b> )
<b>Podstawowa</b> z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1 szt ( <b>gluten</b> ), masło roś 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ (60g) płatki żytnie ( <b>gluten</b> ) na <b>mleku</b> 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka – chleb razowy 50g <b>(gluten)</b> , masłem roś 10g, wędlina drobiowa 30g <b>(mleko, seler, soja)</b> , rzodkiewka 3 szt (30g) herbata z cytryną b/c 200g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wyw.z drobiu ( <b>mleko, seler,</b> <b>gluten</b> ), kopytka z masłem <b>(gluten, jajka)</b> , surówka z marchwi z jabłkiem, kompot owocowy b/c		Chleb razowy 90g 3 kromki <b>(gluten)</b> , masło rośl.15g, schab pieczony 50g ( <b>mleko</b> ), <b>jajko</b> got.1szt 50g, sałata 5g 1 listek, pomidor ½ (70g), herbata b/cukru 200g,	Chir Wew  Kromka Chleba razowego 30g ( <b>gluten</b> ), Masło rośl. 10g, serek do smarowania 30g ( <b>mleko</b> ), ogórek zielony 30g,
<b>Lekkostrawna</b> <b>(W/T)</b> Z tłuszczu	Kajzerka 50g 1 szt ( <b>gluten</b> ), masło roś 15g, wędlina drobiowa 50g ( <b>mleko,</b> <b>seler, soja</b> ), sałata 2 listki 10g zupa warzywna 350g ( <b>seler,</b> <b>mleko</b> ), herbata 200g,	Kajzerka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ) masło rośl 10g, miód 1szt 25g, Herbata 200g	Zupa warzywna z ziemniakami <b>(seler, mleko)</b> , kluski śląskie z maselkiem , kompot owocowy	galaretka	Kajzerka 100g 2 szt ( <b>gluten</b> ) masło rośl. 15g, schab pieczony 50g ( <b>mleko</b> ), dżem 25g, sałata 1 listek 5 g, pomidor ½ b/skórki 70g, herbata 200g	Jogurt naturalny 1szt <b>(mleko)</b> ,

Energia:2700kcal Białko:  
110g Tłuszcz 88g  
Węglowodany:355g  
Cukry:71g Błonnik:31g  
Tłuszcze nasycone:387  
sól:7,75g sól: 3130mg

Energia:2660kcal Białko: 110g  
Tłuszcz 91g  
Węglowodany:342g Cukry:72g  
Błonnik:36g Tłuszcze  
nasycone:26 sól:7g sól:  
2800mg

Energia:2677 kcal Białko: 103g  
Tłuszcz 95g  
Węglowodany:328g Cukry:80g  
Błonnik:48g Tłuszcze  
nasycone:49 sól: 8,75g sól:  
3500mg

Energia:2150kcal Białko: 70g  
Tłuszcz 58g  
Węglowodany:333g Cukry:48g  
Błonnik:20g Tłuszcze  
nasycone:30 sól:6,75g sól:  
2700mg