

CZWARTEK 30.11

	Dieta podstawowa	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwo strawna	Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwo strawna bogatobiałkowa	Dieta kobiety ciężarnej i matki karmiącej
śniadanie	Patki jęczmienne ¹ mleku ⁷ 200ml Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Kefir ⁷ 150g Chleb graham ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 10 g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Patki jęczmienne ¹ mleku ⁷ 200ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Patki jęczmienne ¹ mleku ⁷ 200ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 10 g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Patki jęczmienne ¹ mleku ⁷ 200ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Szynka drobiowa 80g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Patki jęczmienne ¹ mleku ⁷ 200ml Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Szynka drobiowa 40g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
II śniadanie	Budyń o smaku waniliowym ⁷ z/c 200g	Budyń o smaku waniliowym ⁷ b/c 200g	Budyń o smaku waniliowym ⁷ z/c 200g	Budyń o smaku waniliowym ⁷ z/c 200g	Budyń o smaku waniliowym ⁷ z/c 200g	Budyń o smaku waniliowym ⁷ z/c 200g
obiad	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (150g), ryż (200g), ogórek kiszony (130g) Kompot owocowy z/c 250m	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (150g), ryż (200g), ogórek kiszony (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (150g), ryż (200g), marchewka gotowana (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (150g), ryż (200g), marchewka gotowana (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (300g), ryż (200g), marchewka gotowana (130g) Kompot owocowy z/c 250ml	Rosół z makaronem ^{1,7,9} 400ml Pulpety w sosie pomidorowym (150g), ryż (200g), ogórek kiszony (130g) Kompot owocowy z/c 250ml Ciastko owsiane ^{1,3,7} 50g
kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni ¹ 100g Masło extra 82% ⁷ 15g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb graham ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 10g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 10 g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 80g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Bułka pszenna długa krojona ¹ 100 g Masło extra 82% ⁷ 15 g Pasta twarogowa z ziołami ⁷ 40g Sałata 10g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml
Przekąska nocna	Jabłko 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko gotowane 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Wartości odżywcze	Energia:2037,48kcal Białko:60,56g Tłuszcze:70,13g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:26,04g Węglowodany:293,29g W tym cukry:26,02g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:2722,92mg	Energia:2032,3kcal Białko:60,56g Tłuszcze:70,13g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:26,04g Węglowodany:293,29g W tym cukry:25,1g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:2722,92mg	Energia:2037,48kcal Białko:60,56g Tłuszcze:70,13g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:26,04g Węglowodany:293,29g W tym cukry:26,02g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:2722,92mg	Energia:2037,48kcal Białko:60,56g Tłuszcze:70,13g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:26,04g Węglowodany:293,29g W tym cukry:26,02g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:2722,92mg	Energia:2133,08kcal Białko:71,35g Tłuszcze:75,33g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:28,65g Węglowodany:294,69g W tym cukry:26,02g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:3101,72mg	Energia:2037,48kcal Białko:60,56g Tłuszcze:70,13g W tym nasycone kwasy tłuszczowe:26,04g Węglowodany:293,29g W tym cukry:26,02g Błonnik pokarmowy:18,10g Sód:2722,92mg