

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-21		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), ogórek zielony 50g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ziemniaki 250g, Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), bitki ze schabu duszone 100g (PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2503.54 kcal; Energia: 8523.20 kJ; Białko ogółem: 93.39 g; białko zwierzęce: 64.29 g; białko roślinne: 31.15 g; Tłuszcz: 104.82 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; Sód: 2261.63 mg; Potas: 3462.26 mg; Wapń: 1066.55 mg; Fosfor: 1406.26 mg; Błonnik pokarmowy: 18.66 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Woda: 1026.99 g; Popiół: 16.97 g;		
środa 2024-02-21		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędлина 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), sałata 5g,	zupa makaronowa 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, buraki 150g, ziemniaki 250g, Schab duszony w ziołach 100g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędлина 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2146.84 kcal; Energia: 7210.81 kJ; Białko ogółem: 93.14 g; białko zwierzęce: 60.27 g; białko roślinne: 30.07 g; Tłuszcz: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 322.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; Sód: 1196.34 mg; Potas: 3650.82 mg; Wapń: 552.37 mg; Fosfor: 1224.25 mg; Błonnik pokarmowy: 15.65 g; suma cukrów prostych: 65.50 g; Woda: 960.97 g; Popiół: 14.60 g;		
środa 2024-02-21		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), ogórek zielony 50g, jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), bitki ze schabu duszone 100g (PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), ogórek kiszony 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2432.59 kcal; Energia: 8271.80 kJ; Białko ogółem: 97.49 g; białko zwierzęce: 67.84 g; białko roślinne: 31.70 g; Tłuszcz: 106.68 g; Węglowodany ogółem: 295.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.58 g; Sód: 2742.33 mg; Potas: 3566.31 mg; Wapń: 1118.75 mg; Fosfor: 1451.61 mg; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; suma cukrów prostych: 36.91 g; Woda: 1100.83 g; Popiół: 18.32 g;		
czwartek 2024-02-22		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędлина 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), marchewka gotowana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser mozzarella light 50g (MLEKO, GLUTEN), cukier 15g,
Wartości odżywcze: Energia: 2263.40 kcal; Energia: 7950.79 kJ; Białko ogółem: 79.59 g; białko zwierzęce: 47.03 g; białko roślinne: 31.16 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 354.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.80 g; Sód: 2111.62 mg; Potas: 2397.09 mg; Wapń: 741.67 mg; Fosfor: 1473.18 mg; Błonnik pokarmowy: 23.67 g; suma cukrów prostych: 70.98 g; Woda: 794.67 g; Popiół: 13.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Marchewka gotowana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2107.82 kcal; Energia: 7252.30 kJ; Białko ogółem: 82.78 g; białko zwierzęce: 48.69 g; białko roślinne: 31.29 g; Tłuszcz: 58.13 g; Węglowodany ogółem: 342.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.93 g; Sód: 1707.61 mg; Potas: 2626.43 mg; Wapń: 567.45 mg; Fosfor: 1288.10 mg; Błonnik pokarmowy: 24.64 g; suma cukrów prostych: 56.15 g; Woda: 828.46 g; Popiół: 13.59 g;		
czwartek 2024-02-22		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 100g, jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ryż brązowy 200g, kompot 250ml Z gorzki, pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), brukselka 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser mozzarella light 50g (MLEKO, GLUTEN), rzodkiewka 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2181.14 kcal; Energia: 7641.75 kJ; Białko ogółem: 88.84 g; białko zwierzęce: 50.64 g; białko roślinne: 36.80 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.00 g; Sód: 1933.31 mg; Potas: 2906.11 mg; Wapń: 832.47 mg; Fosfor: 1537.78 mg; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; suma cukrów prostych: 36.52 g; Woda: 893.68 g; Popiół: 14.78 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka kajzerka 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	zupa żurek 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, surówka z kapusty kiszonej 150g, ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2394.50 kcal; Energia: 8654.55 kJ; Białko ogółem: 93.37 g; białko zwierzęce: 53.69 g; białko roślinne: 36.88 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany ogółem: 372.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.56 g; Sód: 2279.05 mg; Potas: 4782.54 mg; Wapń: 630.55 mg; Fosfor: 1410.49 mg; Błonnik pokarmowy: 25.22 g; suma cukrów prostych: 60.74 g; Woda: 1281.64 g; Popiół: 21.18 g;		
piątek 2024-02-23		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka kajzerka 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	kartoflany krem z majerankiem 400ml, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 250g, sos dietetyczny 100ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1977.31 kcal; Energia: 7062.27 kJ; Białko ogółem: 86.26 g; białko zwierzęce: 52.99 g; białko roślinne: 30.47 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.43 g; Sód: 1284.98 mg; Potas: 3708.50 mg; Wapń: 674.31 mg; Fosfor: 1190.25 mg; Błonnik pokarmowy: 19.91 g; suma cukrów prostych: 54.73 g; Woda: 1100.35 g; Popiół: 16.50 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka konserwowa 50g (S02), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa żurek 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2414.44 kcal; Energia: 8698.00 kJ; Białko ogółem: 101.16 g; białko zwierzęce: 57.35 g; białko roślinne: 41.01 g; Tłuszcz: 72.38 g; Węglowodany ogółem: 369.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.64 g; Sód: 2588.52 mg; Potas: 4960.67 mg; Wapń: 680.65 mg; Fosfor: 1538.66 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 43.81 g; Woda: 1323.25 g; Popiół: 22.44 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser topiony trójką 2 szt, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g, wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA),	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 10g, pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), sałatka z buraczków i ogórka kiszzonego 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 15g,
Wartości odżywcze: Energia: 2671.86 kcal; Energia: 9460.60 kJ; Białko ogółem: 80.33 g; białko zwierzęce: 44.38 g; białko roślinne: 34.56 g; Tłuszcz: 105.76 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.13 g; Sód: 1768.25 mg; Potas: 3529.16 mg; Wapń: 683.12 mg; Fosfor: 1224.88 mg; Błonnik pokarmowy: 18.47 g; suma cukrów prostych: 80.01 g; Woda: 794.12 g; Popiół: 14.83 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2369.37 kcal; Energia: 8376.93 kJ; Białko ogółem: 80.63 g; białko zwierzęce: 41.79 g; białko roślinne: 36.05 g; Tłuszcz: 81.64 g; Węglowodany ogółem: 353.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.50 g; Sód: 1163.57 mg; Potas: 3585.88 mg; Wapń: 545.39 mg; Fosfor: 1127.20 mg; Błonnik pokarmowy: 20.44 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Woda: 763.39 g; Popiół: 14.46 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), serek capresi light 2 plastry (MLEKO, GLUTEN), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 100g, jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA),	zupa grysikowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml Z gorzki, pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt, masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), papryka czerwona 50g, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2753.16 kcal; Energia: 9184.46 kJ; Białko ogółem: 93.46 g; białko zwierzęce: 46.58 g; białko roślinne: 45.49 g; Tłuszcz: 98.49 g; Węglowodany ogółem: 406.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.94 g; Sód: 1591.30 mg; Potas: 3850.59 mg; Wapń: 634.28 mg; Fosfor: 1198.40 mg; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 37.87 g; Woda: 907.57 g; Popiół: 14.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2683.86 kcal; Energia: 9425.83 kJ; Białko ogółem: 128.93 g; białko zwierzęce: 98.64 g; białko roślinne: 32.34 g; Tłuszcz: 102.84 g; Węglowodany ogółem: 336.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.45 g; Sód: 3795.63 mg; Potas: 4558.93 mg; Wapń: 1049.65 mg; Fosfor: 1889.97 mg; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; suma cukrów prostych: 67.40 g; Woda: 1208.18 g; Popiół: 22.05 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), cukier 10g, pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, Pałki z kurczaka gotowane 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), buraki 150g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 80g (MLEKO), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2694.32 kcal; Energia: 9608.91 kJ; Białko ogółem: 132.41 g; białko zwierzęce: 100.55 g; białko roślinne: 31.86 g; Tłuszcz: 98.34 g; Węglowodany ogółem: 344.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.83 g; Sód: 3667.40 mg; Potas: 4630.02 mg; Wapń: 671.11 mg; Fosfor: 1783.07 mg; Błonnik pokarmowy: 19.52 g; suma cukrów prostych: 80.78 g; Woda: 1229.41 g; Popiół: 20.07 g;		
niedziela 2024-02-25		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z lanym ciastem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), kapusta czerwona 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 80g (MLEKO), sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia: 2546.42 kcal; Energia: 8996.00 kJ; Białko ogółem: 136.61 g; białko zwierzęce: 104.10 g; białko roślinne: 32.51 g; Tłuszcz: 94.92 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.67 g; Sód: 3825.35 mg; Potas: 4675.79 mg; Wapń: 736.69 mg; Fosfor: 1843.18 mg; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; suma cukrów prostych: 51.36 g; Woda: 1274.79 g; Popiół: 20.85 g;		
poniedziałek 2024-02-26		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajko 1szt (JAJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa z ciecierzycy czerwonej 400ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), gulasz z indyka 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 1948.93 kcal; Energia: 6625.77 kJ; Białko ogółem: 72.24 g; białko zwierzęce: 41.04 g; białko roślinne: 29.80 g; Tłuszcz: 55.24 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.90 g; Sód: 1021.85 mg; Potas: 2190.09 mg; Wapń: 594.21 mg; Fosfor: 1126.50 mg; Błonnik pokarmowy: 19.78 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Woda: 737.46 g; Popiół: 10.32 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta z białek z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, cukier 10g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa jarzynowa dietetyczna 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, bukieć jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), indyk w sosie własnym 110/100ml,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 1902.98 kcal; Energia: 6096.98 kJ; Białko ogółem: 63.40 g; białko zwierzęce: 29.99 g; białko roślinne: 32.01 g; Tłuszcz: 50.63 g; Węglowodany ogółem: 323.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g; Sód: 1180.80 mg; Potas: 3770.79 mg; Wapń: 557.50 mg; Fosfor: 1042.84 mg; Błonnik pokarmowy: 20.77 g; suma cukrów prostych: 55.65 g; Woda: 1044.60 g; Popiół: 13.60 g;		
poniedziałek 2024-02-26 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajko 1szt (JAJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa z ciecierzycy czerwonej 400ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki, fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), gulasz z indyka 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), salata 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 1872.63 kcal; Energia: 6351.77 kJ; Białko ogółem: 75.86 g; białko zwierzęce: 44.59 g; białko roślinne: 29.87 g; Tłuszcz: 57.05 g; Węglowodany ogółem: 289.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.88 g; Sód: 1116.10 mg; Potas: 2246.39 mg; Wapń: 637.71 mg; Fosfor: 1158.05 mg; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; suma cukrów prostych: 34.88 g; Woda: 763.77 g; Popiół: 10.62 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kotlet schabowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Marchewka z groszkiem 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2787.35 kcal; Energia: 10368.78 kJ; Białko ogółem: 109.48 g; białko zwierzęce: 71.73 g; białko roślinne: 36.36 g; Tłuszcz: 103.27 g; Węglowodany ogółem: 381.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.55 g; Sód: 1976.60 mg; Potas: 4601.06 mg; Wapń: 706.98 mg; Fosfor: 1570.31 mg; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; suma cukrów prostych: 83.06 g; Woda: 1245.46 g; Popiół: 17.42 g;		
wtorek 2024-02-27 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), twaróg 70g (MLEKO), jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szynka wp gotowana 100g (PISTACJE), sos z tymiankiem 100ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, Marchewka oprószana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2466.63 kcal; Energia: 8956.83 kJ; Białko ogółem: 96.08 g; białko zwierzęce: 62.35 g; białko roślinne: 32.33 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 354.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.24 g; Sód: 1929.22 mg; Potas: 4285.38 mg; Wapń: 669.84 mg; Fosfor: 1398.28 mg; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; suma cukrów prostych: 82.23 g; Woda: 1179.24 g; Popiół: 16.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka konserwowa 50g (S02), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	kompot 250ml Z gorzki , zupa szpinakowa z ziemniakami 400ml (MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kotlet schabowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Mix sałat z pomidorem i ogórkiem 150g (MLEKO, GLUTEN), ziemniaki 250g ,	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2551.74 kcal; Energia: 9300.27 kJ; Białko ogółem: 110.12 g; białko zwierzęce: 68.48 g; białko roślinne: 38.84 g; Tłuszcz: 93.92 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.27 g; Sód: 2065.09 mg; Potas: 4698.35 mg; Wapń: 642.09 mg; Fosfor: 1614.89 mg; Błonnik pokarmowy: 25.30 g; suma cukrów prostych: 38.31 g; Woda: 1210.87 g; Popiół: 19.36 g;		
środa 2024-02-28 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajko 1szt (JAJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g , jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , stek z indyka mielony 110g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2039.72 kcal; Energia: 6778.72 kJ; Białko ogółem: 89.47 g; białko zwierzęce: 58.94 g; białko roślinne: 29.13 g; Tłuszcz: 56.91 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.40 g; Sód: 1931.95 mg; Potas: 3681.08 mg; Wapń: 524.97 mg; Fosfor: 1303.07 mg; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; suma cukrów prostych: 54.20 g; Woda: 922.54 g; Popiół: 15.38 g;		
środa 2024-02-28 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta z białek z koperkiem 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , cukier 10g , jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , cukinia puree 150g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŚMIETANKA), indyk gotowany 100g (SELER),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2001.62 kcal; Energia: 6603.25 kJ; Białko ogółem: 85.95 g; białko zwierzęce: 53.16 g; białko roślinne: 31.39 g; Tłuszcz: 52.40 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.01 g; Sód: 1259.75 mg; Potas: 3999.47 mg; Wapń: 552.19 mg; Fosfor: 1291.68 mg; Błonnik pokarmowy: 16.04 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Woda: 1073.43 g; Popiół: 14.38 g;		
środa 2024-02-28 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), jajko 1szt (JAJA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pomidorowa z makaronem 400ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , stek z indyka mielony 110g (SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), ogórek kiszony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1968.77 kcal; Energia: 6527.32 kJ; Białko ogółem: 93.57 g; białko zwierzęce: 62.49 g; białko roślinne: 29.68 g; Tłuszcz: 58.77 g; Węglowodany ogółem: 285.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.40 g; Sód: 2412.65 mg; Potas: 3785.13 mg; Wapń: 577.17 mg; Fosfor: 1348.42 mg; Błonnik pokarmowy: 14.49 g; suma cukrów prostych: 35.64 g; Woda: 996.37 g; Popiół: 16.73 g;		
czwartek 2024-02-29 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g , papryka czerwona 50g ,	ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , cukier 5g , Kapusta zasmażana 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kaszanka 100g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, PISTACJE), zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g , pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1926.07 kcal; Energia: 6777.66 kJ; Białko ogółem: 68.64 g; białko zwierzęce: 38.79 g; białko roślinne: 27.05 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 282.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.73 g; Sód: 2482.61 mg; Potas: 3558.52 mg; Wapń: 566.22 mg; Fosfor: 1071.51 mg; Błonnik pokarmowy: 18.69 g; suma cukrów prostych: 54.46 g; Woda: 1038.10 g; Popiół: 19.21 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g, jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN), cukier 10g,	ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, cukier 5g, Filet z kurczaka gotowany w sosie z rozmarynem 110g, dynia puree 150g, zupa ryżowa 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1676.77 kcal; Energia: 5805.83 kJ; Białko ogółem: 84.47 g; białko zwierzęce: 60.29 g; białko roślinne: 21.38 g; Tłuszcz: 41.01 g; Węglowodany ogółem: 255.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.57 g; Sód: 1030.47 mg; Potas: 3636.88 mg; Wapń: 472.60 mg; Fosfor: 1259.06 mg; Błonnik pokarmowy: 12.18 g; suma cukrów prostych: 53.45 g; Woda: 925.16 g; Popiół: 14.17 g;		
czwartek 2024-02-29		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 130g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka konserwowa 50g (S02), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, Filet z kurczaka gotowany w sosie z rozmarynem 110g, Kapusta zasmażana 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), zupa ryżowa z brukselką 400ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 1876.75 kcal; Energia: 6590.23 kJ; Białko ogółem: 96.60 g; białko zwierzęce: 64.08 g; białko roślinne: 29.72 g; Tłuszcz: 51.71 g; Węglowodany ogółem: 277.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.59 g; Sód: 2191.03 mg; Potas: 4215.46 mg; Wapń: 594.25 mg; Fosfor: 1410.70 mg; Błonnik pokarmowy: 19.06 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; Woda: 1136.59 g; Popiół: 19.87 g;		

Dietetyk

.....