

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

	1	3	5	7	
	Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA	
2023-10-11 środa	Dieta podstawowa (1)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ) pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por ( <u>MLE, </u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE, </u> ) mandarynki 150 g	zupa kapuśniak ze św.kapusty(1) 1 Por ( <u>GLU, SEL, </u> ) gulasz mięsno-jarzyn (1). 1 Por ( <u>GLU, </u> ) kasza jecz.pęczak (1) 1 Por ( <u>GLU, </u> ) buraczki z cebulą.(1) 1 Por sał ziel.rzod.szczyp.(1,11) 1 Por ( <u>MLE, </u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczyno. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, </u> ) sałatka z kurczakiem(1) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR, </u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g	Wartość netto [zł] 16,68 Wartość brutto [zł] 16,74 Energia kcal [kcal] 2 099,8 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 302,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,8 Sacharoza [g] 49,4 Sód [mg] 2 626,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE, </u> ) sałata ziel. 30 g jogurt 150 g ( <u>MLE, </u> ) jabłka pieczone.(1,7,11) 1 Por	zupa jarzynowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ) pulpety z drobiu (7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SEL, </u> ) sos koperkowy (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałata ziel (7,11,1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU, </u> ) szynka z indyka 70 g sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 13,67 Wartość brutto [zł] 13,71 Energia kcal [kcal] 1 807,3 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 267,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 Sacharoza [g] 40,1 Sód [mg] 2 857,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo.masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE, </u> ) szynka kons. 50 g sałata ziel. 30 g pomidory 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE, </u> ) mandarynki 150 g	zupa jarzynowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ) pulpety z drobiu (7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SEL, </u> ) sos koperkowy (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałata ziel (7,11,1) 1 Por buraczki z cebulą.(1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata,pieczywo.masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, </u> ) szynka z indyka 100 g pomidory 100 g sałata ziel. 30 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, </u> ) jaja 0,5 szt ( <u>JAJ, </u> ) papryka 20 g	Wartość netto [zł] 16,86 Wartość brutto [zł] 16,88 Energia kcal [kcal] 1 800,9 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 55,5 Węglowodany ogółem [g] 253,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,9 Sacharoza [g] 18,4 Sód [mg] 3 776,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
2023-10-12 czwartek	Dieta podstawowa (1)	mleczna z kaszą maną (1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, </u> ) pasta sera z.papr.św. ogór.św(1) 1 Por ( <u>MLE, </u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g banan 200 g	zupa pomidorowa z ryżem(1) 1 Por ( <u>MLE, SEL, </u> ) schab dusz.w jarz.(1). 1 Por ( <u>GLU, SEL, </u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,11,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR, </u> ) szpinak gotowany(1) 1 Por ( <u>GLU, </u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczyno. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, </u> ) pasta z woł.(7,11) 1 Por ( <u>SEL, </u> ) sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 18,11 Wartość brutto [zł] 18,14 Energia kcal [kcal] 2 120,7 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 293,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,3 Sacharoza [g] 56,8 Sód [mg] 2 973,1 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z kaszą maną (1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) połędwica drob. 50 g sałata ziel. 30 g banan 180 g	zupa pomidorowa z ryżem(7,11) 1 Por ( <u>MLE, SEL, </u> ) schab got.w jarzyn.(7,11) 1 Por ( <u>SEL, </u> ) sos potrawk (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, </u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por szpinak got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, </u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU, </u> ) pasta z woł.(7,11) 1 Por ( <u>SEL, </u> ) sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 15,06 Wartość brutto [zł] 15,1 Energia kcal [kcal] 1 931,6 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 275,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2 Sacharoza [g] 53,9 Sód [mg] 2 779,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,5

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-12 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo,masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ) polędwica drob. 100 g sałata ziel. 30 g pomidory 100 g kefir 200 g ( <u>MLE, _</u> ) jabłka. 180 g	zupa pomidorowa z ryżem(7,11) 1 Por ( <u>MLE, SEL, _</u> ) schab got.w jarzyn.(7,11) 1 Por ( <u>SEL, _</u> ) sos potrawk (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por szpinak got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, _</u> ) sał z kapusty b. z papryką i kuk.(1,11,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR, _</u> ) herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata,pieczywo,masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) pasta z wol.(7,11) 1 Por ( <u>SEL, _</u> ) sałata ziel. 30 g papryka 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) ser twarog. 30 g ( <u>MLE, _</u> ) szczypior 3 g rzodkiewka 20 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 19,2 <b>Wartość brutto [zł]</b> 19,23 <b>Energia kcal [kcal]</b> 1 873,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,7 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 20,2 <b>Sacharoza [g]</b> 12,9 <b>Sód [mg]</b> 3 622,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,2
	Dieta podstawowa (1)	mleczna z kaszą kukurydzą.(1,7,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) kawa z ml.piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ) pasta z twarogu z ogórkiem św.(1,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g banan 200 g	zupa pieczark.z makar(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) ryba pieczona z sosem greckim(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, _</u> ) <u>może zawierać: GLU,</u> ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sał ziel.z kefirem(1) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) buraczki dusz.(1) 1 Por ( <u>GLU, _</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczywo. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) Sałatka z ciecierzycy (1) 1 Por sałata ziel. 10 g pomidory 100 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 19,24 <b>Wartość brutto [zł]</b> 19,28 <b>Energia kcal [kcal]</b> 1 825,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 91 <b>Tłuszcz [g]</b> 45,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,8 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 14,4 <b>Sacharoza [g]</b> 59,3 <b>Sód [mg]</b> 2 607,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,7
2023-10-13 piątek	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z kaszą kukurydzą.(1,7,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE, _</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sałata ziel. 30 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> )	zupa makaronowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) ryba gotowana w jarz.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, _</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por buraczki got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, _</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU, _</u> ) szynka wileńska 70 g sałata ziel. 30 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 18,03 <b>Wartość brutto [zł]</b> 18,1 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 080,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 99,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 274,3 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 22,2 <b>Sacharoza [g]</b> 45,9 <b>Sód [mg]</b> 3 045,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo,masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) sałata ziel. 30 g pomidory 100 g jabłka. 180 g jogurt 150 g ( <u>MLE, _</u> )	zupa makaronowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) ryba gotowana w jarz.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, _</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por buraczki got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, _</u> ) sałata ziel (7,11,1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata,pieczywo,masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) szynka wileńska 100 g sałata ziel. 30 g pomidory 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) ser żółty 30 g ( <u>MLE, _</u> ) papryka 20 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 21,69 <b>Wartość brutto [zł]</b> 21,73 <b>Energia kcal [kcal]</b> 1 809,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 107,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 230,7 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 20,7 <b>Sacharoza [g]</b> 13,4 <b>Sód [mg]</b> 3 917,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,9

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-14 sobota	Dieta podstawowa (1)	herbata.piecz.masło.(1)śniad. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) jaja got.(1,11) 1 Por ( <u>JAJ,</u> ) ogonówka 30 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) sałata ziel. 10 g papryka 100 g jabłka. 180 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> )	zupa ryżowa(1) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) bitka z dr dusz z warz.(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sałatka-mizeria(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) marchew dusz.(1) 1 Por ( <u>GLU,</u> )  herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczywo.masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) szynka kons. 50 g pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g	Wartość netto [zł] 15,95 Wartość brutto [zł] 15,98 Energia kcal [kcal] 1 689,8 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 218,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,9 Sacharoza [g] 43,7 Sód [mg] 3 212,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	Dieta łatwastrawna (2)	herbata masło ros.piecz.(7)śniad. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) szynka z indyka 70 g sałata ziel. 30 g jabłka pieczone.(1,7,11) 1 Por jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> )	zupa ryżowa(7,11) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) bitka z drob. w sosie koperkowym (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por marchew gotowana (11,7) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.piecz. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) szynka kons. 50 g pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 12,64 Wartość brutto [zł] 12,67 Energia kcal [kcal] 1 473,1 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 207,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13,2 Sacharoza [g] 40,8 Sód [mg] 3 061,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	herbata.piecz. masło rośl.(11)śniad 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) szynka z indyka 100 g sałata ziel. 30 g papryka 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka. 180 g	zupa ryżowa(7,11) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) bitka z drob. w sosie koperkowym (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sał.z march i selera .(11) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) sałatka mizeria(11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata.piecz. masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) szynka kons. 50 g pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 30 g pomidory 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) ser topiony 25 g ( <u>MLE,</u> ) pomidory 20 g	Wartość netto [zł] 17,01 Wartość brutto [zł] 17,02 Energia kcal [kcal] 1 610 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 221,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,2 Sacharoza [g] 13,7 Sód [mg] 3 916,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
2023-10-15 niedziela	Dieta podstawowa (1)	herbata.piecz.masło.(1)śniad. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) szynka z indyka 50 g pasta z twarogu z papryką św.(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka. 180 g	zupa krupnik(1) 1 Por ( <u>GLU, SEL,</u> ) karkówka duszona w jarz.(1) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sał.z kap kisz.march.z olej(1) 1 Por szpinak gotowany(1) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.piecz. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 10 g ogórki 50 g rzodkiewka 50 g	Wartość netto [zł] 16,34 Wartość brutto [zł] 16,37 Energia kcal [kcal] 1 725,5 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 227,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,5 Sacharoza [g] 43,3 Sód [mg] 2 955,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Dieta łatwastrawna (2)	herbata masło ros.piecz.(7)śniad. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) połędwica drob. 50 g pasta z twarogu z sałata (1,7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 30 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka pieczone.(1,7,11) 1 Por	zupa krupnik(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) schab got.w jarzyn.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por szpinak got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.piecz. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) pasta z drob.i jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 14,52 Wartość brutto [zł] 14,55 Energia kcal [kcal] 1 706,3 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 229,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,8 Sacharoza [g] 41 Sód [mg] 2 693,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,3

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-15 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	herbata, pieczywo, masło rośl.(11) śniad 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) południca drob. 50 g pasta z twarogu z sałata (1,7,11) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. 30 g pomidory 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE.</u> ) jabłka. 180 g	zupa krupnik(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) schab got.w jarzyn.(7,11) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por szpinak got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE.</u> ) sał.z kap kisz.(11) 1 Por herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata, pieczywo, masło (11) kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) pasta z drob.i jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL.</u> ) sałata ziel. 30 g ogórki 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) jaja 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> ) rzodkiewka 20 g	Wartość netto [zł] 17,09 Wartość brutto [zł] 17,1 Energia kcal [kcal] 1 805,2 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 243,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,2 Sacharoza [g] 13,8 Sód [mg] 3 490,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Dieta podstawowa (1)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE.</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) pasta z jaj ze szczypt.(1) 1 Por ( <u>JAJ.</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g banan 200 g	zupa barszcz ukraiński(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) bigos z biał.kapusty(1) 1 Por ( <u>GLU.</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata, pieczywo. masło.(1.) kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) sałatka z makaronu i szynki(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, GOR.</u> ) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 14,14 Wartość brutto [zł] 14,19 Energia kcal [kcal] 2 195,6 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 313,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,3 Sacharoza [g] 59,2 Sód [mg] 2 907,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,6
2023-10-16 poniedziałek	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE.</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE.</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) sałata ziel. 30 g banan 180 g	zupa ziemniaczana(7,11) 1 Por ( <u>GLU, SEL.</u> ) potrawka z drobiu (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałata ziel (7,11,1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata, pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU.</u> ) szynka z indyka 70 g sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 11,47 Wartość brutto [zł] 11,51 Energia kcal [kcal] 1 770,1 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 273,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,7 Sacharoza [g] 52,1 Sód [mg] 2 712,5 Błonnik pokarmowy [g] 14,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml., pieczywo, masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE.</u> ) szynka kons. 50 g sałata ziel. 30 g pomidory 100 g jabłka. 180 g kefir 200 g ( <u>MLE.</u> )	zupa ziemniaczana(7,11) 1 Por ( <u>GLU, SEL.</u> ) potrawka z drobiu (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL.</u> ) ryż gotowany na sypko (1,11,7) 1 Por sałata ziel (7,11,1) 1 Por sał z kap.białej,march,olej(11) 1 Por herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata, pieczywo, masło (11) kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) szynka z indyka 100 g papryka 100 g sałata ziel. 30 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ.</u> ) ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) pomidory 20 g	Wartość netto [zł] 16,02 Wartość brutto [zł] 16,04 Energia kcal [kcal] 1 820,6 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 250 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2 Sacharoza [g] 10,9 Sód [mg] 3 891,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

## Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-17 wtorek	Dieta podstawowa (1)	mleczna z kaszą manną (1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) pasta z twarogu z rzodk.i szczyb.(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 10 g papryka 100 g mandarynki 150 g	zupa jarzynowa.(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) pieczeń z jajkiem(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos chrzanowy(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por sał.z kukur.papr.ogórk.(1) 1 Por buraczki dusz.(1) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczyno. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) pasta z woł.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 18,1 Wartość brutto [zł] 18,13 Energia kcal [kcal] 2 011,5 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 275,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,1 Sacharoza [g] 46,9 Sód [mg] 2 722,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z kaszą manną (1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka kons. 50 g sałata ziel. 30 g banan 180 g	zupa owsiankowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) pieczeń z drobiu(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos koperkowy (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por buraczki got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) pasta z woł.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 14,14 Wartość brutto [zł] 14,18 Energia kcal [kcal] 1 933,9 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 273,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,3 Sacharoza [g] 53,7 Sód [mg] 2 832,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo.masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) szynka kons. 100 g sałata ziel. 30 g papryka 100 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) mandarynki 150 g	zupa owsiankowa(7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) pieczeń z drobiu(7,11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ,</u> ) sos koperkowy (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por buraczki got.(7,11) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) sał.z kukur.papr.ogórk.(1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata.pieczyno.masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) pasta z woł.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g ogórki 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) ser twarog. 30 g ( <u>MLE,</u> ) rzodkiewka 20 g	Wartość netto [zł] 19 Wartość brutto [zł] 19,02 Energia kcal [kcal] 1 858,4 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 239,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8 Sacharoza [g] 19,3 Sód [mg] 3 631,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
2023-10-18 środa	Dieta podstawowa (1)	mleczna z pł ows.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) pasta z twarogu z szynką(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 50 g ogórki 50 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> )	zupa ogórkowa z ziemn.(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) Kaszotto z mięsem wieprz. i warzywami(1) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sos pieczarkowy (1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) sał z kapusty b.z kukur.i por.(1,11,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) sał ziel.z kefirem(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczyno. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) ogonówka 70 g ( <u>GLU, SOJ, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u> ) sałata ziel. 10 g papryka 100 g	Wartość netto [zł] 16,84 Wartość brutto [zł] 16,89 Energia kcal [kcal] 2 078,3 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 277 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,8 Sacharoza [g] 42,6 Sód [mg] 3 894,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z pł ows.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 30 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka pieczone.(1,7,11) 1 Por	zupa barszcz zabielały (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) rizotto z drobiu.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) sałata ziel (7,11,1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) połędwica drob. 70 g sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 12,87 Wartość brutto [zł] 12,91 Energia kcal [kcal] 1 783,9 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 269,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 Sacharoza [g] 43,7 Sód [mg] 2 923,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,2

## Jadłospis za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-18 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo,masło (11) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) szynka kons. 50 g pomidory 100 g sałata ziel. 30 g jogurt 150 g ( <u>MLE,</u> ) jabłka. 180 g	zupa barszcz zabielały (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) rizotto z drobiu.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sos pomidor (7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ) sałata ziel (7,11,1) 1 Por sał z kapusty b.z kukur.i por.(1,11,010) 1 Por ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> ) herbata owocowa do obiadu (11) 1 Por	herbata,pieczywo,masło (11)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) połędwica drob. 100 g sałata ziel. 30 g papryka 100 g podwieczorek * cukrzyca. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) jaja 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> ) szczypior 3 g	Wartość netto [zł] 16,24 Wartość brutto [zł] 16,27 Energia kcal [kcal] 1 844,2 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 265,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,4 Sacharoza [g] 16,8 Sód [mg] 4 003,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Dieta podstawowa (1)	mleczna z lanym ciastem(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) kawa z ml.piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) pasta z sera z. i ogorka św.(1) 1 Por ( <u>MLE,</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g banan 200 g	Zupa garbure (1, 010) 1 Por ( <u>GLU, SEL,</u> ) udka drob.piecz.(1) 1 Por ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por marchew dusz.(1) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) sał.z kap biał.march z olej.(1) 1 Por herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczywo. masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) pasta z drobiu i jarzyn (1) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 10 g papryka 50 g ogórki 50 g	Wartość netto [zł] 15,85 Wartość brutto [zł] 15,9 Energia kcal [kcal] 2 143,9 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 284,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,9 Sacharoza [g] 62,6 Sód [mg] 3 084,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Dieta łatwostrawna (2)	mleczna z lanym ciastem(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE,</u> ) szynka z indyka 50 g sałata ziel. 30 g banan 180 g	zupa koperkowa z ryżem(7,11) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) udka dr.got w jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por marchew gotowana (11,7) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) pasta z drob.i jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g	Wartość netto [zł] 13,49 Wartość brutto [zł] 13,52 Energia kcal [kcal] 1 963,8 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 265 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,2 Sacharoza [g] 55 Sód [mg] 2 870,1 Błonnik pokarmowy [g] 19
2023-10-19 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) szynka z indyka 50 g sałata ziel. 30 g mandarynki 150 g	zupa koperkowa z ryżem(2,6) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) udka dr.got w jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por marchew gotowana (11,7) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) pasta z drob.i jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g Posilek nocny (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) jaja 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 13 Wartość brutto [zł] 13,02 Energia kcal [kcal] 1 725,6 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 231,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 Sacharoza [g] 37,8 Sód [mg] 3 103 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo,masło (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</u> ) szynka z indyka 50 g sałata ziel. 30 g mandarynki 150 g	zupa koperkowa z ryżem(2,6) 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> ) udka dr.got w jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) ziemniaki gotow.(1,7) 1 Por marchew gotowana (11,7) 1 Por ( <u>GLU,</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata,pieczy. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU,</u> ) pasta z drob.i jarz.(7,11) 1 Por ( <u>SEL,</u> ) sałata ziel. 30 g Posilek nocny (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ,</u> ) jaja 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> ) sałata ziel. 10 g	Wartość netto [zł] 13 Wartość brutto [zł] 13,02 Energia kcal [kcal] 1 725,6 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 231,7 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,7 Sacharoza [g] 37,8 Sód [mg] 3 103 Błonnik pokarmowy [g] 23,8

## Jadłospis za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-10-11 do dnia 2023-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2023-10-20 piątek	Dieta podstawowa (1)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, _</u> ) kawa z ml piecz.masło ros.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ) pasta z ryby wędz.i sera tw.(1) 1 Por ( <u>RYB, MLE, _</u> ) sałata ziel. 10 g pomidory 100 g banan 200 g	zupa barszcz zabielały(1) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ryż zapiek z jabł i śmiet(1) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.pieczyno.masło.(1.)kolacja. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) Sałatka z soczewicy (1) 1 Por sałata ziel. 10 g papryka 100 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 13,61 <b>Wartość brutto [zł]</b> 13,66 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 128,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 78,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,2 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 20,1 <b>Sacharoza [g]</b> 80 <b>Sód [mg]</b> 2 720 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,6
	Dieta łatwowstrawna (2)	mleczna z pł owsy.(1,7,11) 1 Por ( <u>GLU, MLE, _</u> ) kawa z mlek.piecz.masło (7). 1 Por ( <u>GLU, MLE, _</u> ) pasta z twarogu (7,11) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) sałata ziel. 30 g placek drożdż z krusz.(1) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> )	zupa pejzanka(7,11) 1 Por ( <u>GLU, SEL, _</u> ) ryż z jabłkami.(7). 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) herbata owocowa do obiadu (1,7) 1 Por	herbata.piecz. masło(7) kol. 1 Por ( <u>GLU, _</u> ) szynka wileńska 70 g sałata ziel. 30 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 12,92 <b>Wartość brutto [zł]</b> 12,99 <b>Energia kcal [kcal]</b> 2 393,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 80,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 345,2 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 26,5 <b>Sacharoza [g]</b> 67,1 <b>Sód [mg]</b> 3 027,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 21,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	kawa z ml.,pieczywo.masło (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</u> ) pasta z twarogu (1,2,6) 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) jaja 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) pomidory 100 g sałata ziel. 30 g jogurt 150 g ( <u>MLE, _</u> ) jabłka. 180 g	zupa pejzanka(7,11) 1 Por ( <u>GLU, SEL, _</u> ) ryba gotowana w jarz.(2,6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, RYB, SEL, _</u> ) sos koperkowy (2,6) 1 Por ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) ziemniaki gotow.(1,2,6) 1 Por sałata ziel (1,2,6) 1 Por herbata owocowa do obiadu (6) 1 Por	herbata.pieczyno.masło (6)kol. 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) szynka wileńska 70 g papryka 100 g sałata ziel. 30 g Posiłek nocny (6) 1 Por ( <u>GLU, JAJ, SOJ, _</u> ) ser topiony 25 g ( <u>MLE, _</u> ) pomidory 20 g	<b>Wartość netto [zł]</b> 21,14 <b>Wartość brutto [zł]</b> 21,16 <b>Energia kcal [kcal]</b> 1 817,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 59,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 251,7 <b>kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]</b> 19,1 <b>Sacharoza [g]</b> 13,9 <b>Sód [mg]</b> 3 699,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,1

4. Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SP ZOZ  
ul. Rudolfa Weigla , 50-981 Wrocław

**Oznaczenia alergenów:**

*GLU* - *gluten,*  
*JAJ* - *jaja,*  
*RYB* - *ryby,*  
*SOJ* - *soja,*  
*MLE* - *mleko,*  
*SEL* - *seler,*  
*GOR* - *gorczyca,*