

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
1	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
2	Śniadanie	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
3	Śniadanie	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
4	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
5	Śniadanie	Ciasto drożdżowe	50	g	219.5	5.5	7.0	33.0
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
7	Śniadanie	Dżem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt.	1	szt	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Obiad	Krupnik jęczmienny ()	400	ml	132.9	3.5	2.0	27.1
10	Obiad	Ziemniaki gotowane ()	200	g	252.3	5.5	0.3	59.5
11	Obiad	Ryba pieczona (Morszczuk)	120	g	260.1	39.8	11.1	0.0
12	Obiad	Warzywa po grecku ()	200	g	160.3	4.4	4.8	29.1
13	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
14	Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym z/c	150	ml	114.1	0.0	0.0	28.5

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
15	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
16	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
17	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
18	Kolacja	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
19	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
20	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
21	Kolacja	Serek śniadaniowy ziołowy 80g	1	szt	155.2	8.8	12.0	2.6
22	Kolacja	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
23	Kolacja	Salata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
24	Posiłek nocny	Serek wiejski ziarnisty 200g	1	szt	230.0	24.0	14.0	4.0
Razem:			1642		2480.6	121.9	75.6	342.3

Wartość odżywcza:

Dieta Kod	Dieta Nazwa	Data	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółemwg rozp. 1169/2011[g]	Tłuszcz[g]	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem[g]	Węglowodany ogółem[g]	w tym cukry[g]	Błonnik pokarmowy[g]	Sól[g]	WW[Por]	% energii z białka[%]	% energii z węglowodanów[%]	% energii z tłuszczu[%]	% energii z błonnika[%]	Potas[mg]
KRK- SKAW 3 łątwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 łątwo strawna z ogr.tłuszczów	kwi 12, 2024	2480.6	121.9	75.6	32.6	342.3	101.0	26.2	8.2	31.7	358.8	1407.0	538.0	71.5	3959.0

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
1	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefined Ukryj	1	szt	
		<hr/> Woda <hr/> Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
2	Śniadanie	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	
3	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	1	szt	Mąka pszenna (GLU PSZ,) , Mąka żytnia (GLU ŻYT,) , Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Kwas askorbinowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , Gluten pszenno-żytniowy (GLU PSZ, GLU ŻYT,) , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
4	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
5	Śniadanie	Ciasto drożdżowe (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	50	g	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ,</u>) , Cukier , Sól , Emulgatory , E471 , E481 , E300 , Gluten pszenny (<u>GLU PSZ,</u>) , Maltodekstryna , Glukoza , E160b , Olej rzepakowy , Jaja pasteryzowane (<u>JAJ,</u>) , Margaryna o zawartosci 80% tł do pieczenia i smażena kostka (<u>MLE,</u>) , Olej roślinny palmowy , Olej kokosowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , Woda , Mono-i diglicerydy kwasów tłuszczowych , Lecytyny , Kwas cytrynowy , Barwnik annato , Drożdże piekarskie , Rodzynki sułtańskie , Dwutlenek siarki (<u>S02,</u>) ,
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny (<u>MLE,</u>)	50	g	Twaróg chudy (<u>MLE,</u>) , Śmietanka (<u>MLE,</u>) , E202 , Chlorek wapnia ,
7	Śniadanie	Dżem 25 g undefined	1	szt	Cukier , Syrop glukozowo-fruktozowy , Wiśnie , Woda , Substancja żelująca , Pektyny , Regulator kwasowości , Kwas cytrynowy , Substancje zagęszczające , Guma guar , Substancje konserwujące , Sorbinian potasu ,
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt. undefined	1	szt	
9	Obiad	Krupnik jęczmienny () (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ukryj	400	ml	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Woda</p> <p>Kasza jęczmienna (GLU JĘCZ)</p> <p>Marchew</p> <p>Seler(SEL)</p> <p>Mleko 2% (MLE)</p> <p>Pietruszka korzeń</p> <p>Śmietanka (MLE)</p> <p>Sól</p> <p>Pietruszka natka</p>			
10	Obiad	Ziemniaki gotowane () undefined Ukryj	200	g	<p>Ziemniaki</p> <p>Sól</p>

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
11	Obiad	Ryba pieczona (Morszczuk) (RYB,.) Ukryj	120	g	Morszczuk filet b/s skl asor 51 % (RYB,.) , Woda 25 %, Stabilizatory , E451 , Rozmaryn , Bazylia suszona , Majeranek ,
		Morszczuk północnopacyficzny filet b/s mrożony 25% glazury(RYB)			
		Olej rzepakowy			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
		Zioła prowansalskie			
12	Obiad	Warzywa po grecku () (GLU PSZ, SEL,.) Ukryj	200	g	Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,
		Marchew			
		Seler(SEL)			
		Pietruszka korzeń			
		Woda			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Koncentrat pomidorowy 28-30 %</p> <hr/> <p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <hr/> <p>Olej rzepakowy</p> <hr/> <p>Cukier</p> <hr/> <p>Mąka ziemniaczana</p> <hr/> <p>Sól</p> <hr/> <p>Pieprz czarny mielony</p>			
13	Obiad	<p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c</p> <p>undefined Ukryj</p>	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,
		<p>Woda</p> <hr/> <p>Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona</p> <hr/> <p>Jabłka kompotowe</p>			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			
14	Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym z/c undefined Ukryj	150	ml	Skrobia , Kwasek cytrynowy , Sól , Barwnik , Aromat ,
		Woda			
		Kisiel o smaku cytrynowym			
		Cukier			
15	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefined Ukryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
16	Kolacja	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
17	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ,)	60	g	Mąka pszenna (GLU PSZ,) , Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,
18	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	1	szt	Mąka pszenna (GLU PSZ,) , Mąka żytnia (GLU ŻYT,) , Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Kwas askorbinowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , Gluten pszeny (GLU PSZ,) , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
19	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,
20	Kolacja	Poładwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona (SOJ,)	50	g	Mięso z kurczaka 30 % , Mięso z indyka 10 % , Woda , Skórki wieprzowe , Skrobia , Białko sojowe (SOJ,) , Sól , E407 , E425 , Maltodekstryna , Glukoza , E451 , E262 , E621 , E316 , Aromat , E250 , Osłonka niejadalna ,
21	Kolacja	Serek śniadaniowy ziołowy 80g (MLE,)	1	szt	Twaróg półtłusty (MLE,) , Mleko (MLE,) , Chlorek wapnia , Kultury bakterii , Masło 82% tł. (MLE,) , Sól 0.9 % , Przyprawa warzywna 0.8 % (SOJ, SEL,) , Mączka chleba świętojańskiego , Skrobia modyfikowana kukurydziana. , Guma guar , Karboksylmetyloceluloza ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
22	Kolacja	Pomidor undefined	80	g	
23	Kolacja	Sałata zielona undefined	20	g	
24	Posiłek nocny	Serek wiejski ziarnisty 200g (<u>MLE,</u>)	1	szt	Mleko 2% (<u>MLE,</u>), Śmietanka pasteryzowana (<u>MLE,</u>), Sól , Kultury bakterii , Podpuszczka mikrobiologiczna ,

Alergeny:

Mleko i pochodne wraz z laktozą: **MLE**

Zboża zawierające gluten pszenny: **GLU PSZ**

Jaja i pochodne: **JAJ**

Orzeszki ziemne i pochodne: **OZI**

Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,migdały,pi: **ORZ**

Seler i pochodne: **SEL**

Dwutlenek siarki / siarczyny: **S02**

Ryby i pochodne: **RYB**

Skorupiaki i pochodne: **SKO**

Mięczaki i pochodne: **MCK**

Soja i pochodne: **SOJ**

Gorczyca i produkty pochodne: **GOR**

Nasiona sezamu i pochodne: **SEZ**

Łubin i produkty pochodne: **ŁUB**

Zboża zawierające gluten żytni: **GLU ŻYT**

Zboża zawierające gluten owsiany: **GLU OW**

Zboża zawierające gluten jęczmienny: **GLU JĘCZ**

Mleko i pochodne bez laktozy: **MLE b/LAK**