

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	niedziela
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	śniadanie
<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - twarożek - mix sałat - herbata czarna <p>A :1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - jajecznica na wodzie - rukola - herbata czarna <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - ryba pieczona po grecku z warzywami/wędliną - herbata czarna <p>A: 1,4,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - owsianka na mleku - masło extra - sałatka jarzynowa <p>A: 1,3,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - twaróg w kawałku - mix sałat - herbata czarna <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna <p>A : 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - owsianka na mleku - chałka z dżemem - herbata czarna <p>A : 1,3,7</p>
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	obiad
<ul style="list-style-type: none"> - zupa ziemniaczana - potrawka z ryżem, kurczakiem i warzywami - kompot <p>A: 1,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa ogórkowa z ryżem - pałeczka z kurczaka - ziemniaki gotowane - brokuł gotowany - kompot <p>A : 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa grysikowa - makaron z musem jabłkowym - kompot <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa koperkowa - pulpet wieprzowy - kasza jęczmienna - buraczki tarte - kompot <p>A: 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zupa brokułowa - ryba pieczona w panierce - ryż biały - marchew - kompot <p>A: 1,3,4,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> -zupa pomidorowa z makaronem - pierogi ruskie <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> - rosół z makaronem - kluski śląskie - mięso pieczone wieprzowe w sosie - ogórek kiszony bez skórki - kompot <p>A: 1, 3, 7</p>
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	podwieczorek
<ul style="list-style-type: none"> biszkopty <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ciastka maślane <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Rolada jajeczna <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Gofry z dżemem <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> jogurt <p>A : 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> budyń <p>A : 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> Galaretką na słodko <p>A :</p>
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	kolacja
<ul style="list-style-type: none"> - Chleb pszenny - masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna 	<ul style="list-style-type: none"> - chleb pszenny - masło extra - wędlina - rukola - herbata czarna 	<ul style="list-style-type: none"> - Chleb pszenny - masło extra - parówki drobiowe - pomidor bez skórki - herbata czarna 	<ul style="list-style-type: none"> -chleb pszenny - masło extra - wędlina - pomidor bez skórki - rukola 	<ul style="list-style-type: none"> - Chleb pszenny - masło extra - dżem - herbata czarna 	<ul style="list-style-type: none"> - Chleb pszenny - masło extra - parówki drobiowe - pomidor bez 	<ul style="list-style-type: none"> - Chleb pszenny - masło extra - pasztet z mięsa mieszanego z warzywami

DIETA ŁATWOSTRAWNA

A: 1,3,7,9	A: 1,7	A: 1,7	- herbata czarna A: 1,7	A: 1,7	skórki - herbata czarna A: 1,7	- herbata czarna A: 1,7,9
K : 2090,4 B : 104 T : 54 WP : 287,1 F : 18,2 WW : 42,0 Bł : 20	K : 2141,8 B : 111 T : 63 WP : 274,2 F : 19,0 WW : 46,1 Bł : 17	K : 2240,4 B : 96 T : 72 WP : 293,1 F : 18,8 WW : 45,2 Bł : 18	K : 2270,4 B : 114 T : 70 WP : 288,1 F : 17,3 WW : 45,1 Bł : 16	K : 2103,8 B : 96 T : 61 WP : 282,2 F : 16,5 WW : 43,1 Bł : 21	K : 2109,8 B : 93 T : 61 WP : 287,2 F : 16,0 WW : 46,4 Bł : 20	K : 2231,8 B : 95 T : 71 WP : 292,2 F : 17,2 WW : 46,0 Bł : 22