

MENU 12.11 – 15.11

WTOREK	
DIETA PODSTAWOWA	<ul style="list-style-type: none"> • PIEROGI Z SEREM I POLEWĄ JOGURTOWĄ 300g (1,3,7) 648kcal 22,8g białko 19,7g tłuszcz 35,4g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 64 kcal 0,8g białko 0,1g tłuszcz 18,4g węglowodany • JABŁKO 116kcal 1,2g białka 0,4g tłuszcz 26,2g węglowodany
DIETA BEZMLECZNA	<ul style="list-style-type: none"> • PIEROGI Z KAPUSTĄ I PIECZARKAMI 300g 598kcal 18,8g białko 21,2g tłuszcz 35,8g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 64 kcal 0,8g białko 0,1g tłuszcz 18,4g węglowodany • JABŁKO 116kcal 1,2g białka 0,4g tłuszcz 26,2g węglowodany
DIETA BEZGLUTENOWA	<ul style="list-style-type: none"> • NALEŚNIKI Z MAŁY BEZGLUTENOWEJ Z JABŁKIEM I POLEWĄ OWOCOWĄ 300g (3) 475kcal 26,3g białko 23,9g tłuszcz 22,8g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany • JABŁKO 116kcal 1,2g białka 0,4g tłuszcz 26,2g węglowodany
ŚRODA	
DIETA PODSTAWOWA	<ul style="list-style-type: none"> • KOTLET POŻARSKI 100g (1,3) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 170g 605kcal 25,1g białko 22,9g tłuszcz 44,9g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany • ŚLIWKA 29kcal 0,4g białko 0,1g tłuszcz 6,0g węglowodany
DIETA BEZMLECZNA	<ul style="list-style-type: none"> • KOTLET POŻARSKI 100g (1,3) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 170g 580kcal 25,1g białko 22,9g tłuszcz 44,9g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany • ŚLIWKA 29kcal 0,4g białko 0,1g tłuszcz 6,0g węglowodany
DIETA BEZGLUTENOWA	<ul style="list-style-type: none"> • KOTLET POŻARSKI 100g (3) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ 170g 580kcal 25,1g białko 22,9g tłuszcz 44,9g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany • ŚLIWKA 29kcal 0,4g białko 0,1g tłuszcz 6,0g węglowodany
CZWARTEK	
DIETA PODSTAWOWA	<ul style="list-style-type: none"> • MAKARON SPAGHETTI 250g (1,3) Z SOSEM BOLOŃSKIM MIĘSNO POMIDOROWYM 130g (1,9) MIX SAŁAT Z WINEGRETEM 170g 666 kcal 34,3g białko 29,3g tłuszcz 50g węglowodany • KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml

	<p>64 kcal 0,8g białko 0,1g tłuszcz 18,4g węglowodany</p> <ul style="list-style-type: none"> JABŁKO <p>90kcal 0,7g białko 0,7g tłuszcz 18,2g węglowodany</p>
DIETA BEZMECZNA	<ul style="list-style-type: none"> MAKARON SPAGHETTI 250g (1,3) Z SOSEM BOLOŃSKIM MIĘSNO POMIDOROWYM 130g (1,9) MIX SAŁAT Z WINEGRETEM 170g 666 kcal 34,3g białko 29,3g tłuszcz 50g węglowodany KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 64 kcal 0,8g białko 0,1g tłuszcz 18,4g węglowodany JABŁKO <p>90kcal 0,7g białko 0,7g tłuszcz 18,2g węglowodany</p>
DIETA BEZGLUTENOWA	<ul style="list-style-type: none"> MAKARON SPAGHETTI BEZGLUTENOWY 250g (3) Z SOSEM BOLOŃSKIM MIĘSNO POMIDOROWYM 130g (9) MIX SAŁAT Z WINEGRETEM 170g 668 kcal 34,4g białko 29,3g tłuszcz 49g węglowodany KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 64 kcal 0,8g białko 0,1g tłuszcz 18,4g węglowodany JABŁKO <p>90kcal 0,7g białko 0,7g tłuszcz 18,2g węglowodany</p>
PIĄTEK	
DIETA PODSTAWOWA	<ul style="list-style-type: none"> PALUSZKI RYBNE 100g (1,3,4) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA KOPERKOWA 170g (7) 534kcal 25,2g białko 18,2g tłuszcz 18,1g węglowodany KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany NEKTARYNK <p>75kcal 0,8g białko 0,3g tłuszcz 16,0g węglowodany</p>
DIETA BEZMLECZNA	<ul style="list-style-type: none"> PALUSZKI RYBNE 100g (1,3,4) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA KOPERKOWA 170g (7) 534kcal 25,2g białko 18,2g tłuszcz 18,1g węglowodany KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany NEKTARYNKA <p>75kcal 0,8g białko 0,3g tłuszcz 16,0g węglowodany</p>
DIETA BEZGLUTENOWA	<ul style="list-style-type: none"> MIRUNA SMAŻONA 100g (1,3,4) ZIEMNIAKI 250g SURÓWKA KOPERKOWA 170g (7) 534kcal 25,2g białko 18,2g tłuszcz 18,1g węglowodany KOMPOT WIELOOWOCOWY 250 ml 80kcal 1g białko 0,2g tłuszcz 23,4g węglowodany NEKTARYNKA <p>75kcal 0,8g białko 0,3g tłuszcz 16,0g węglowodany</p>