

JADŁOSPIS 18.12.2023 - Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Ogórek 80g - Jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Ryż brązowy na wywarze warzywnym 300g (płatki owsiane, wywar warzywny; GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Ogórek 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Pomidor 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Ogórek 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Ogórek 80g
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt. 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki - Mandarynka 1 szt.
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchew, pietruszka, seler) 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchew, pietruszka, seler) 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa z ziemniakami 250g (bulion drobiowy, włoszczyzna, fasolka zielona, ziemniaki, brokuł, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gołąbki bez zawijania 120g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Kasza jęczmienna perłowa 100g - Surówka z kiszzonego ogórka 150g
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Serek homogenizowany waniliowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser gouda 80g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Sałata 30g - Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka pieczona 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat, hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Sałata 30g - Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser gouda 80g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Sałata 30g - Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser gouda 80g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Sałata 30g - Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser gouda 80g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Sałata 30g - Pomidor 50g 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser gouda 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Sałata 30g - Pomidor 50g
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO) 	<ul style="list-style-type: none"> - Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2394 kcal; B: 94,31g; T: 85,92g, w tym Tł. nasycone: 40,31g; W: 320,57g, w tym cukry 210,53g; Błonnik: 23,38 g, Sól: 8,57g;

JADŁOSPIS 19.12.2023 - Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 100g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 300g (Płatki jaglane mleko (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 100g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na wywarze warzywnym 300g (SELER GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 100g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Rzodkiewka 80g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 100g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki jaglane na mleku 300g (Płatki jaglane mleko (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 100g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	-Płatki jaglane na mleku 150g (Płatki jaglane mleko (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 60g (ser twarogowy, szczypiorek, jogurt (MLEKO)) -Rzodkiewka 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 140g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron 200 g - jabłko 1 szt. - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 140g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron 200 g - jabłko 1 szt. - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 140g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron 200 g - jabłko 1 szt. - Kompot b/c 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 140g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron razowy 200 g - jabłko 1 szt. - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 140g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron 200 g - jabłko 1 szt. - Kompot 200ml	- Kartoflanka 250g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Mięso mielone w sosie pomidorowym z warzywami 120g (m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) (SELER) - makaron 100 g - jabłko 1 szt. - Kompot 200ml
Podwieczorek	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Chąłka 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) -Szynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) -Papryka 80g - herbata 250ml
Posilek nocny		Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)	Mus owocowy 90g (przecier jabłkowy, truskawkowy, bananowy, z czarnej porzeczki)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2130 kcal; B: 103,74 g; T: 78,81 g, w tym Tł. nasycone: 34,75g; W: 259,35g, w tym cukry 140,08g Błonnik: 21,29 g, Sól: 5,58g;

JADŁOSPIS 20.12.2023 - Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza manna na mleku 300g (kasza manna, mleko; MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1 szt. -Ogórek 80g	- Kasza manna na mleku 300g (kasza manna, mleko; MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1 szt. -Pomidor 80g	- Kasza jęczmienna na wywarze warzywnym 300g (kasza jęczmienna, wywar warzywny; GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1 szt. -Ogórek 80g	- Kasza manna na mleku 300g (kasza manna, mleko; MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1 szt. -Pomidor 80g	- Kasza manna na mleku 300g (kasza manna, mleko; MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1 szt. -Ogórek 80g	- Kasza manna na mleku 150g (kasza manna, mleko; MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA)) -Jajo gotowane 1/2 szt. -Ogórek 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.	Bulka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki Jabłko 1 szt.
Obiad	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 140g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 200g -Colesław 150g (k.biała, marchew, kukurydza, sok z cytryny, przyprawy, jogurt (MLEKO))	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 140g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 200g -Gotowana fasolka 150g	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 140g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 200g -Colesław 150g (k.biała, marchew, kukurydza, sok z cytryny, przyprawy, jogurt (MLEKO))	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 140g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 200g -Gotowana fasolka 150g	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 140g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 200g -Colesław 150g (k.biała, marchew, kukurydza, sok z cytryny, przyprawy, jogurt (MLEKO))	- Krupnik jaglany 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , kasza, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Schab w sosie własnym 120g (schab wieprzowy, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Ziemniaki 100g -Colesław 150g (k.biała, marchew, kukurydza, sok z cytryny, przyprawy, jogurt (MLEKO))
	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot b/c 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml	- Kompot 200ml
Podwieczorek	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))	Serek wiejski 200g (twaróg ziarnisty, śmietanka, sól (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bulka tarta , proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)) -Pomidor 80g	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sznka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenney bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) -Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bulka tarta , proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)) -Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bulka tarta , proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)) -Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bulka tarta , proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)) -Pomidor 80g	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 40g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bulka tarta , proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, MLEKO)) -Pomidor 80g
	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata b/c 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml	- herbata 250ml
Posilek nocny		Ciasteczka dietetyczne 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciasteczka dietetyczne 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciasteczka dietetyczne 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciasteczka dietetyczne 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciasteczka dietetyczne 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2262 kcal; B: 108,44g; T: 75,92g, w tym Tł. nasycone: 34,36g; w; W: 296,61g, w tym cukry 154,97g Błonnik: 24,81g, Sól: 7,75g;

JADŁOSPIS 21.12.2023 - Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Makaron jasny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 70g (MLEKO) - Dżem 30g - Papryka 80g - herbata 250ml	- Makaron jasny mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 70g (MLEKO) - Dżem 30g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron razowy na wywarze jarzynowym 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 70g (MLEKO) - Dżem 30g - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Makaron jasny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 70g (MLEKO) - Dżem 30g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron jasny na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 70g (MLEKO) - Dżem 30g - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kluski 1 na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Serek topiony 40g (MLEKO) - Dżem 20g - Papryka 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 2 plasterkami jaja i 3 plasterkami ogórka Sok warzywny 200 ml
Obiad	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 300g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 300g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Banan 150g - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 300g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 300g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 300g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 50g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, , marchew, ziemniaki, ogórki kiszzone, natka pietruszki, śmietana 12%, przyprawy (SELER, MLEKO) - Knedle z owocami 200g (mąka, ziemniaki, woda, jaja, śliwki (GLUTEN, JAJA) - Polewa jogurtowo-cynamonowa 30g (jog. Naturalny, cynamon (MLEKO)) - Jabłko 150g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)	Maślanka 150g (MLEKO)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Rzodkiewka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml
Posilek nocny		Chałka 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Chałka 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Chałka 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Chałka 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Chałka 50g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2312 kcal; B: 82,74g; T: 77,22g, w tym Tł. nasycone: 40,82g; w; W: 331,95g, w tym cukry 210,81g Błonnik: 24,88g. Sól: 5,10g;

JADŁOSPIS 22.12.2023 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<p>- Kakao na mleku 250ml (MLEKO)</p> <p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (Płatki kukurydziane, mleko; MLEKO, GLUTEN)</p> <p>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenne, GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Kasza jaglana na warzywie warzywnym 300g (SELER GLUTEN)</p> <p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<p>- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) (SELER GLUTEN)</p> <p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (Płatki kukurydziane, mleko; MLEKO, GLUTEN)</p> <p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Płatki kukurydziane na mleku 150 g (Płatki kukurydziane, mleko; MLEKO, GLUTEN)</p> <p>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 10g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobina kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, białym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Banan 1 szt. (150-200g)</p>
Obiad	<p>- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny panierowany w płatkach owsianych 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, płatki owsiane) (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 200g</p> <p>-Surówka z kapusty kiszzonej 150g (k.kwaszona, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)</p> <p>- Kompot 200ml</p>	<p>- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny panierowany w płatkach owsianych 140g (f.miruny, jaja, sok z cytryny, marchew, bulion, m. pszenne, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 200g</p> <p>-Gotowana cukinia w ziołach 150g</p> <p>- Kompot 200ml</p>	<p>- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny panierowany w płatkach owsianych 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, płatki owsiane) (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 200g</p> <p>-Surówka z kapusty kiszzonej 150g (k.kwaszona, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)</p> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<p>- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny panierowany w płatkach owsianych 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, płatki owsiane) (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 200g</p> <p>-Gotowana cukinia w ziołach 150g</p> <p>- Kompot 200ml</p>	<p>- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny w sosie cytrynowym 120g (f.miruny, jaja, sok z cytryny, marchew, bulion, m. pszenne, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 100g</p> <p>-Surówka z kapusty kiszzonej 150g (k.kwaszona, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)</p> <p>- Kompot 200ml</p>	<p>- Marchwianka z ziemniakami 250g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</p> <p>- Filet z miruny w sosie cytrynowym 120g (f.miruny, jaja, sok z cytryny, marchew, bulion, m. pszenne, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</p> <p>-Ziemniaki 100g</p> <p>-Surówka z kapusty kiszzonej 150g (k.kwaszona, jabłko, olej, sól, pieprz, sok z cytryny)</p> <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA),</p>
Kolacja	<p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)</p> <p>- Ogórek 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenne, GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Sznynka szkolna 80g (m. wieprzowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobina ryżowa, aromat (SOJA) (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN SELER))</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)</p> <p>- Ogórek 80g</p> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)</p> <p>- Pomidor 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 20g (MLEKO)</p> <p>- Pasta z groszku 80g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)</p> <p>- Ogórek 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>	<p>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</p> <p>- Masło 10g (MLEKO)</p> <p>- Pasta z groszku 60g (g.zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy)</p> <p>- Ogórek 80g</p> <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny		<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt naturalny 150g (mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych (MLEKO))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2264 kcal; B: 79,90g; T: 92,17g, w tym Tł. nasycone: 32,55g; w; W: 281,64g, w tym cukry 124,40g, Błonnik: 24,12g, Sól: 5,25g;

JADŁOSPIS 23.12.2023 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kluski lane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna, GLUTEN</u>) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na wywarze warzywnym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Papryka 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórkiem Sok owocowy 200 ml
Obiad	- Zupa gulaszowa z mięsem wieprzowym 400g (wywar z mięsa wieprzowego, kawałki łopatki wieprzowej, marchew, papryka, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, papryka słodka, przyprawy (SELER, GLUTEN)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 200g -Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej) - Kompot 200ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 200g -Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200ml	- Zupa gulaszowa z mięsem wieprzowym 400g (wywar z mięsa wieprzowego, kawałki łopatki wieprzowej, marchew, papryka, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat pomidorowy, papryka słodka, przyprawy (SELER, GLUTEN)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 200g -Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej) - Kompot b/c 200ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 200g -Marchewka z groszkiem 150g - Kompot 200ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 200g -Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej) - Kompot 200ml	- Zupa ryżanka 250g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) -Bitki wieprzowe w sosie własnym 120g (m. wieprzowe, m. pszenna, marchew, bulion, przyprawy (GLUTEN)) -Kasza jagłana 100g - Surówka z czerwonej kapusty 150g (k.czerwona, marchew, olej) - kompot 200ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, cukier, syrop glukozowo-frukozowy, skrobia kukurydziana, pektyny, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 150g (mleko, kultury bakterii mlekowych (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, cukier, syrop glukozowo-frukozowy, skrobia kukurydziana, pektyny, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, cukier, syrop glukozowo-frukozowy, skrobia kukurydziana, pektyny, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, cukier, syrop glukozowo-frukozowy, skrobia kukurydziana, pektyny, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, cukier, syrop glukozowo-frukozowy, skrobia kukurydziana, pektyny, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna, GLUTEN</u>) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Rzodkiewka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (jajo, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA,MLEKO)) - Rzodkiewka 80g - herbata 250ml
Posiłek nocny		Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka z otrębami 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2155 kcal; B: 108,39g; T: 82,40g, w tym Tł. nasycone: 36,30g; W: 254,49g, w tym cukry 150,99g, Błonnik: 21,87g, Sól: 5,72g;

Kaloryczność dla diety ogólnej: 3108 kcal; B: 133,86g; T: 140,79g, w tym Tł. nasycone: 52,29g; W: 333,74g, w tym cukry 190,27g, Błonnik: 38,34g, Sól: 8,29g;