

JADŁOSPIS 5.02.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (<b>GLUTEN,MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- jogurt owocowy 150g (<b>MLEKO</b>) – pacjenci bez dodatków</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (<b>GLUTEN,MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na wywarze warzywnym 300g (<b>SELER</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (<b>GLUTEN,MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (<b>GLUTEN,MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 150g (<b>GLUTEN,MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka wiśniowa 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Papryka 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 1szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Mus owocowy 90 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 1szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 1szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 1szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Gruszka 1szt.</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w platkach kukurydzianych 140g (m.drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki kukurydzine mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka coleslaw 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet w w sosie jasnym 140g (m.drobiowe, <b>mąka pszenna</b>, marchew, bulion, przyprawy (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany brokuł 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w platkach kukurydzianych 140g (m.drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki kukurydzine mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka coleslaw 150g</li> <li>- Kompot b/c 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w platkach kukurydzianych 140g (m.drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki kukurydzine mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany brokuł 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w platkach kukurydzianych 120g (m.drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki kukurydzine mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka coleslaw 120g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jaglany 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, kasza, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w platkach kukurydzianych 120g (m.drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki kukurydzine mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka coleslaw 120g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szyunka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sałatka śledziowa 80g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 1 szt.</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2325 kcal; B: 114,16 g; T: 79,62 g, w tym Tł. nasycone: 36,94 g; W: 297,73 g, w tym cukry 231,06 g; Błonnik: 22,24 g, Sól: 13,01 g;

JADŁOSPIS 6.02.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml	Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 4 plasterkami ogórka Sok owocowy ml
<b>Obiad</b>	- Barszcz biały z ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, marchew, ziemniaki, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 200g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron razowy 200g - Jabłko 1 szt.  - Kompot 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 200g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron pszenny 200g - Jabłko 1 szt.  - Kompot 200ml	- Barszcz biały z ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 200g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron razowy 200g - Jabłko 1 szt.  - Kompot b/c 200ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 200g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron pszenny 200g - Jabłko 1 szt.  - Kompot 200ml	- Barszcz biały z ziemniakami 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 200g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron pszenny 200g - Jabłko 1 szt.  - Kompot 200ml	- Barszcz biały z ziemniakami 150g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Sos pomidorowy z warzywami i mięsem mielonym 140g (m. <u>mieszne.</u> , marchew, seler, pietruszka, fasolka zielona, groszek, przyprawy, bulion, passata pomidorowa, koncentrat pomidorowy, przyprawy) ( <b>SELER</b> ) - Makaron pszenny 100g - Jabłko 1 szt.  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )	Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), -Ogórek 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) -Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), -Ogórek 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), -Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), -Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), -Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	Ciastka żytnie 40g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2231 kcal; B: 90,20 g; T: 73,81 g, w tym Tł. nasycone: 34,69 g; W: 296,11 g, w tym cukry 154,30 g; Błonnik: 20,43 g; Sól: 5,35 g;						

JADŁOSPIS 7.02.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze warzywnym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyńka pieczona 60g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyńka pieczona 40g (łopatka wieprz., woda, sól, s. ryżowa, b. roślinne (SOJA), b. pszenne, białka wieprz. (GORCZYCA, MLEKO, JAJA, SELER)) - Jajko 1/2 szt. - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.	Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami papryki Jabłko 1szt.
<b>Obiad</b>	- Zupa szczawiowa 400g (bulion drobiowy, szczaw, ziemniaki włoszczyzna, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g  - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa szczawiowa 400g (bulion drobiowy, szczaw, ziemniaki włoszczyzna, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g  - Kompot b/c 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa szczawiowa 400g (bulion drobiowy, szczaw, ziemniaki włoszczyzna, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g  - Kompot 200ml	- Zupa szczawiowa 250g (bulion drobiowy, szczaw, ziemniaki włoszczyzna, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz wieprzowy w sosie własnym 120g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Kasza jęczmienna 100g - Surówka z selera 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Pizzerinka 80g (GLUTEN, JAJA)	Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, JAJA)	Pizzerinka 80g (GLUTEN, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 60 g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 60 g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 60 g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2311 kcal; B: 101,99 g; T: 83,92 g, w tym Tł. nasycone: 38,54 g; W: 292,47 g, w tym cukry 245,84 g; Błonnik: 17,73 g, Sól: 6,37 g;

JADŁOSPIS 08.02.2024 - Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Serek biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Serek biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300g (<b>SELER</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Serek biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Serek biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jaglane na mleku 150g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Serek biały 60g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 20g</li> <li>- Mandarynka 1 szt.</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>	<p>Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka gotowana extra (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200 ml</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, <b>mąka pszenna (GLUTEN, SELER)</b>)</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Okrasa 50g</li> <li>- Surówka z marchewki 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Gotowana fasola 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, <b>mąka pszenna (GLUTEN, SELER)</b>)</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Okrasa 50g</li> <li>- Surówka z marchewki 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Gotowana fasola 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, <b>mąka pszenna (GLUTEN, SELER)</b>)</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Okrasa 50g</li> <li>- Surówka z marchewki 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, <b>mąka pszenna (GLUTEN, SELER)</b>)</li> <li>- Pierogi z mięsem 300g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> <li>- Okrasa 50g</li> <li>- Surówka z marchewki 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Pączek 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, sól, b. pszenny bezglutenowy, b. wieprzowe, skrobia ryżowa, aromat (<b>SOJA</b>) (<b>GORCZYCA, MLEKO, JAJA, GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sałatka warzywna 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posiłek nocny</b>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt naturalny 150g (mleko, cukier, białka mleka, (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (<b>MLEKO</b>))</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2439 kcal; B: 91,06 g; T: 100,51 g, w tym Tł. nasycone: 37,61 g; W: 300,36 g, w tym cukry 175,89g; Błonnik: 17,72 g, Sól: 5,93 g;

JADŁOSPIS 09.02.2024 - Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka 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)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na wywarze 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami papryki</li> <li>- Banan 1 szt.</li> </ul>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Filet z miruny w sosie koperkowym 140g (f.miruny, jaja, koper, bulion, m. pszena, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchew z groszkiem 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy)</li> <li>- Kompot b/c 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowy-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchew z groszkiem 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 120g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 120g (kiszona kapusta, jabłko, cebula, marchew, przyprawy)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina kakaowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyńka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80 g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 60 g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2481 kcal; B: 91,10 g; T: 109,89 g, w tym Tł. nasycone: 38,00 g; W: 290,40 g, w tym cukry 158,64 g; Błonnik: 18,86 g, Sól: 8,32 g;

JADŁOSPIS 10.02.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	-Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata 250ml	-Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Kasza jęczmienna na wywarze 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	-Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata 250ml	-Płatki kukurydziane na mleku 250g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynka drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka Jabłko 1szt.
<b>Obiad</b>	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z buraków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z buraków 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z buraków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Plaster szynki w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 100g - Surówka z buraków 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 50g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 30g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 50g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 30g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 50g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 30g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g (MLEKO) - Serek topiony 50g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 30g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g (MLEKO) - Serek topiony 30g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 30g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO,JAJA) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Biszkopty 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2170 kcal; B: 91,98 g; T: 72,17 g, w tym Tł. nasycone: 38,69 g; W: 284,30 g, w tym cukry 157,37 g; Błonnik: 16,61 g, Sól: 7,10 g;

JADŁOSPIS 11.02.2024 - Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Papryka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kluski lane na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Papryka 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 60g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 40g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzát b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA) - Jajko 1/2 szt. - Papryka 80g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml	Bulka graham z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml	Kanapka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, żółtym serem (20g), 3 plasterkami ogórka Sok owocowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140 g (udko drobiowe, m. pszena, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Pulpet w sosie z cukinii 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, olej, czosnek, cukinia, śmietana, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140 g (udko drobiowe, m. pszena, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Pulpet w sosie z cukinii 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, olej, czosnek, cukinia, śmietana, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 140 g (udko drobiowe, m. pszena, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko opiekane 120 g (udko drobiowe, m. pszena, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 120g  - Kompot 200 ml
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt naturalny 150g (mleko, cukier, białka mleka, (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (mleko, cukier, białka mleka, truskawki, aromat, pektyny (MLEKO))
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Ciastka maślane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2284 kcal; B: 96,62 g; T: 91,63 g, w tym Tł. nasycone: 35,08 g; W: 278,91 g, w tym cukry 166,99 g; Błonnik: 24,72 g; Sól: 4,36 g;