

JADŁOSPIS 11.03.2024 – 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"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, 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)) - Papryka 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 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 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na wywarze 300g (GLUTEN, SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, 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)) - Papryka 80g 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, 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 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 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)) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Papryka 60g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka wiśniowa 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)) - Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Bułka maślana 60g, dżem 30g - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka - Sok owocowy 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 4 plasterkami ogórka - Sok owocowy 200ml
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet w w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g - Kompot b/c 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Filet w w sosie jogurtowo - ziołowym 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Marchew z groszkiem 150g - Kompot 200ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąkapszena (GLUTEN, SELER)) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Marchew z groszkiem 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Chałka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Chałka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pizzerinka 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy i kaszy jaglanej 120g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (szyunka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy i kaszy jaglanej 120g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka pieczona 80g (szyunka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy i kaszy jaglanej 120g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml 	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy i kaszy jaglanej 80g (soczewica, kasza jaglana, przyprawy, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA) 	<ul style="list-style-type: none"> - Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2622 kcal; B: 108,70 g; T: 95,28 g, w tym Tł. nasycone: 43,31 g; W: 342,19 g, w tym cukry 201,73 g; Błonnik: 26,57 g, Sól: 7,70g

JADŁOSPIS 12.03.2024 – 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. pszenna , m. żytnia , m. graham) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na warzywie 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Szynka szkolna 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) - Jabłko 80g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna) (GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Serek biały 80g (MLEKO) - Dżem 40g - Jabłko 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, jajkiem (20g), 4 plasterkami rzodkiewki Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 200g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seLER , ziemniaki, koperek, mąka pszenna , przyprawy (SELER, GLUTEN) - Gulasz w sosie własnym 120g (m. wieprzowej , mąka pszenna , marchew ,bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka z selera 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina wiśniowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna) (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 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna , 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , 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) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2164 kcal; B: 79,27 g; T: 87,44 g, w tym Tł. nasycone: 38,23 g; W: 270,30 g, w tym cukry 139,74 g; Błonnik: 17,34 g, Sól: 6,08 g;

JADŁOSPIS 13.03.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Zacierki na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka 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	- Kasza jaglana na wywarze warzywnym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 150g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), 1 serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Gruszka 200g	Bułka graham z masłem (5g), serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Gruszka 200g	Bułka masłana 60g, dżem 30g Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki Gruszka 200g
Obiad	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 200g - Surówka z włoskiej kapusty 150g - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie musztardowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, musztarda, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 200g - Surówka z włoskiej kapusty 150g - Kompot b/c 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie musztardowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, musztarda, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 200g - Surówka z włoskiej kapusty 150g - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar warzywny, marchew, brokuł, pietruszka, seler, ryż, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 140g (mięso drobiowe, ryż, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemiaki 100g - Surówka z włoskiej kapusty 120g - Kompot 200ml
Podwieczorek	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Bułka słodka z budyniem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybną z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka szkolna 80g (szyunka 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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybną z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybną z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybną z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybną z makreli 80g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Ogórek 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Ciastka owsiane 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Delicje 40g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2326 kcal; B: 107,95 g; T: 99,65 g, w tym Tł. nasycone: 36,67 g; W: 257,29 g, w tym cukry 114,01 g; Błonnik: 22,29 g, Sól: 6.06 g;						

JADŁOSPIS 14.03.2024 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (Płatki jęczmienne, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (Płatki jęczmienne, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g <p align="center">- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (Płatki jęczmienne, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Pomidor 80g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 300g (Płatki jęczmienne, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Jajko 1 szt. - Papryka 80g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki jęczmienne na mleku 150g (Płatki jęczmienne, mleko (MLEKO, GLUTEN)) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka drobiowa 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)) - Jajko 1/2 szt. - Papryka 60g <p align="center">- herbata 250ml</p>
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, pasztetem (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego Mandarynka 200g
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz biały 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g <p align="center">- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowany kalafior 150g <p align="center">- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz biały 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g <p align="center">- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Gotowany kalafior 150g 	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz biały 400g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka coleslaw 150g <p align="center">- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Barszcz biały 250g (wywar drob., ziemniaki, barszcz, ziemniaki, przyprawy (GLUTEN)), przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pyzy z mięsem 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Okrasa 50g - Surówka coleslaw 120g <p align="center">- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 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) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO)) - Pomidor 80 g <p align="center">- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2135 kcal; B: 87,24 g; T: 86,69 g, w tym Tł. nasycone: 36,85 g; W: 257,82 g, w tym cukry 81,69 g; Błonnik: 13,58 g, Sól: 4,70 g;

JADŁOSPIS 15.03.2024 – 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"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza manna na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO)(GLUTEN)- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami ogórka Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami ogórka Banan 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami ogórka Banan 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g, dżem 30g Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami ogórka Banan 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serkiem topionym (20g), 4 plasterkami ogórka Banan 200g</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 140g (f.miruny, jaja, sok z cytryny, bulion, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowana cukinia 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet rybny w panierce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet rybny w panierce 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenka, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 120g <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Placek drożdżowy 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, 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 80g <p>- herbata 250ml</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, 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 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, 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 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, 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 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, 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 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, 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 60g <p>- herbata 250ml</p>
Posiłek nocny	<p>Lubisie 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Lubisie 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Ciasteczka maślane 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Lubisie 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Lubisie 30 g (GLUTEN)</p>	<p>Lubisie 30 g (GLUTEN)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2341 kcal; B: 94,06 g; T: 86,50 g, w tym Tł. nasycone: 36,20 g; W: 299,34 g, w tym cukry 157,51 g; Błonnik: 17,83 g, Sól: 7,49 g;

JADŁOSPIS 16.03.2024 – Sobota

	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) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kasza jęczmienna na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kluski lane na mleku 250g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Schab kruchy 20g (szynka wieprzowa, woda, sól, b. sojowe, skrobia (kukurydziana), b. wieprzowe kolagenowe, aromat, subst. konserwująca – azotyn sodu (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 60g <p>- herbata 250ml</p>
II śniadanie	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 4 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 4 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 4 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Bułka maślana 60g, dżem 30g Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 4 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 4 plasterkami papryki Sok pomidorowy 200 ml</p>
Obiad	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Potrawka z czerwoną fasolą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (fasola, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g - Mandarynka 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, GLUTEN)) - Potrawka z czerwoną fasolą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (fasola, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Pulpet w sosie pomidorowym 200g (m.drobiowe, przyprawy, koncentrat pomidorowy, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Makaron jasny 200g - Mandarynka 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Potrawka z czerwoną fasolą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (fasola, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g - Mandarynka 150g <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, GLUTEN)) - Pulpet w sosie pomidorowym 200g (m.drobiowe, przyprawy, koncentrat pomidorowy, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Makaron jasny 200g - Mandarynka 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Potrawka z czerwoną fasolą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (fasola, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 200g - Mandarynka 150g <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Kapuśniak 400g (wywar warzywny, kapusta kwaszona, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy (SELER)) - Potrawka z czerwoną fasolą w sosie pomidorowym z papryką i mięsem mielonym 200g (fasola, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy (GLUTEN, SOJA)) - Makaron razowy 100g - Mandarynka 120g <p>- Kompot 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>Bułka słodka z dżemem 80g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>
Kolacja	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80 g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 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 <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80 g <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80 g <p>- herbata 250ml</p> <p>Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80 g <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór (JAJA, MLEKO)) - Pomidor 60 g <p>- herbata 250ml</p>
Posilek nocny	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2299 kcal; B: 88,98 g; T: 80,10 g, w tym Tł. nasycone: 32,23 g; W: 316,81 g, w tym cukry 142,75 g; Błonnik: 32,07 g; Sól: 3,15 g;

JADŁOSPIS 17.03.2024 - Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 250g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Filet specjal 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) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Bułka masłana 60g, dżem 30g Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki Jabłko 200g
Obiad	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 140g (schab, mąka pszenka, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie tymiankowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenka, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 140g (schab, mąka pszenka, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko drobiowe w sosie tymiankowym 140g (mięso drobiowe, mąka pszenka, marchew, pietruszka, seler, bulion, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 140g (schab, mąka pszenka, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, makaron marchew, pietruszka, por, seler , przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Kotlet schabowy 140g (schab, mąka pszenka, bułka tarta, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka z czerwonej kapusty 120g - Kompot 200 ml
Podwieczorek	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Jogurt owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Mus owocowy 90 g	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: 2155 kcal; B: 107,96 g; T: 71,46 g, w tym Tł. nasycone: 33,92 g; W: 277,48 g, w tym cukry 128,81 g; Błonnik: 17,60 g, Sól: 5,80 g;						