

JADŁOSPIS 22.07.2024 – 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>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobka 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>- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO))</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 150g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</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, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>Sok warzywny 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN)</li> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>Sok owocowy 200ml</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g (MLEKO)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g (MLEKO)</li> <li>- Kompot b/c 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g (MLEKO)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 140g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN))</li> <li>- Kasza jęczmienna 100g</li> <li>- Surówka colesław 120g (MLEKO)</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Serek wiejski 200g (MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobka 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>-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2639 kcal; B: 106,38 g; T: 103,84 g, w tym Tł. nasycone: 49,36 g; W: 327,42 g, w tym cukry 166,91 g; Błonnik: 20,23 g, Sól: 5,42 g

JADŁOSPIS 23.07.2024 – 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. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 150g ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyunka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Jajko 1/2 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Galaretką owocową 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Jabłko 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Filet gotowany 140g (m. drobiowe,, przyprawy ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Filet gotowany 140g (m. drobiowe,, przyprawy ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka <b>pszenna</b> , bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> ) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> )	Mus owocowo – warzywny 90g	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> , <b>JAJA</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Szyunka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g (m. wieprzowe, skrobiana kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> , <b>JAJA</b> , <b>SELER</b> ) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2153 kcal; B: 99,19 g; T: 85,85 g, w tym Tł. nasycone: 37,47 g; W: 252,02 g, w tym cukry 114,88 g; Błonnik: 18,12 g, Sól: 6,24 g;

**JADŁOSPIS 24.07.2024 – Środa**

	<b>DIETA OGÓLNA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>	<b>ZPO</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 4-18</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 1-3</b>
<b>Śniadanie</b>	- Zacierki na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze warzywnym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham ( <b>GLUTEN</b> )) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>GLUTEN,MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 150g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy ( <b>SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż brązowy 200g - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż biały 200g - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy ( <b>SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż brązowy 200g - Gruszka 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż brązowy 200g - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy ( <b>SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 200g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż brązowy 200g - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wołowe5 %,skrobia ziemn., tł. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy ( <b>SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO</b> )) - Leczo warzywne z kielbasą 140g (m. wieprzowe, seler, koper, cebula, cukinia, pieczarki, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER,GLUTEN</b> )) - Ryż brązowy 100g - Banan 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka ( <b>MLEKO</b> )) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka ( <b>MLEKO</b> )) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka ( <b>MLEKO</b> )) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka ( <b>MLEKO</b> )) - Ogonówka wiejska 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Sałatka z ryżem i z kurczakiem 60g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka ( <b>MLEKO</b> )) - Ogonówka wiejska 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Papryka 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Ciasteczka maślane 40 g ( <b>GLUTEN</b> )	Ciasteczka maślane 40 g ( <b>GLUTEN</b> )	Owsianka instant 50g ( <b>GLUTEN</b> )	Ciasteczka maślane 40 g ( <b>GLUTEN</b> )	Ciasteczka maślane 40 g ( <b>GLUTEN</b> )	Ciasteczka maślane 40 g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2417 kcal; B: 116,82 g; T: 85,73 g, w tym Tł. nasycone: 37,63 g; W: 304,44 g, w tym cukry 335,06 g; Błonnik: 22,58 g, Sól: 8,40 g;

**JADŁOSPIS 25.07.2024 – Czwartek**

	<b>DIETA OGÓLNA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>	<b>ZPO</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 4-18</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 1-3</b>
<b>Śniadanie</b>	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 40g (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> ) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	-Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 40g (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> ) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 40g (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> ) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 40g (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> ) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	-Płatki owsiane na mleku 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet zapiekany 40g (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> ) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Arbuz 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Arbuz 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Arbuz 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Arbuz 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g  - Kompot 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy ( <b>SELER, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, MLEKO</b> ) - Pierogi z mięsem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy ( <b>SELER, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 150g  - Kompot 200ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 250g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 200g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Okrasa 50g - Surówka z czerwonej kapusty 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Babka piaskowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Babka piaskowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo chrupkie 2 szt. ( <b>GLUTEN</b> )	Babka piaskowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Babka piaskowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Babka piaskowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml Budyń 200ml ( <b>MLEKO</b> )	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80 g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 60g (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> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 40g (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> ) - Jajko 1/2 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 60 g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Budyń 200ml ( <b>MLEKO</b> )	Mus owocowo – warzywny 90g	Budyń 200ml ( <b>MLEKO</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2354 kcal; B: 81,92 g; T: 93,07 g, w tym Tł. nasycone: 33,57 g; W: 306,78 g, w tym cukry 123,35 g; Błonnik: 18,99 g; Sól: 3,65 g;

JADŁOSPIS 26.07.2024 – Piątek

	<b>DIETA OGÓLNA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>	<b>ZPO</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 4-18</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 1-3</b>
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Śliwka 80g</li> </ul> <p>- jogurt naturalny 150g (<b>MLEKO</b>) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 200g (m. pszena, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Śliwka 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jagłana na wywarze 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (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>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Śliwka 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Śliwka 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 150g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 60g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 20g</li> <li>- Śliwka 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mus owocowy 90g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) Mus owocowy 90g</p>	<p>Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) Mus owocowy 90g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany 140g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany 140g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pomidorowa z ryżem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, ryż (<b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (<b>MLEKO</b>)) + Pieczywo chrupkie 2 sz. (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (<b>JAJA, GLUTEN</b>),</li> <li>- Ogórek 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (<b>JAJA, GLUTEN</b>),</li> <li>- Ogórek 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (<b>JAJA, GLUTEN</b>),</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (<b>JAJA, GLUTEN</b>),</li> <li>- Ogórek 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (<b>JAJA, GLUTEN</b>),</li> <li>- Ogórek 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Owsianka instant 50g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Owsianka instant 50g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Owsianka instant 50g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Galaretka owocowa 200ml</p>	<p>Owsianka instant 50g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Owsianka instant 50g (<b>GLUTEN</b>)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2296 kcal; B: 106,39 g; T: 83,13 g, w tym Tł. nasycone: 33,80 g; W: 281,03 g, w tym cukry 242,13 g; Błonnik: 13,09 g, Sól: 7,80 g;

JADŁOSPIS 27.07.2024 – Sobota

	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, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Filet specjal 20g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolyzant b. kukurydzianego, sól, przyprawy (SELER), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (MLEKO, SOJA, GORCZYCA - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Serek topiony plastry 40g (MLEKO) - Papryka 80g - Papryka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), 1 liściem sałaty, 3 plasterkami rzodkiewki3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Fasolka po bretońsku 200g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpet mięsno warzywny z marchewką 140g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna, marchewka (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g  - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Fasolka po bretońsku 200g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Jabłko 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Pulpet mięsno warzywny z marchewką 140g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna, marchewka (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowana kukinia 150g  - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 400g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Fasolka po bretońsku 200g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Zupa jarzynowa 250g (bulion drobiowy, marchew, pietruszka, seler, fasola, ziemniak, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN) - Fasolka po bretońsku 200g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Jabłko 150g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Kefir 150g (MLEKO) + pieczywo chrupkie 2szt. (GLUTEN)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Muffina owocowa 60g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250mlBaton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzant białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2303 kcal; B: 111,58 g; T: 86,91 g, w tym Tł. nasycone: 39,19 g; W: 275,51 g, w tym cukry 149,57 g; Błonnik: 15,29 g; Sól: 5,02 g;						
	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 ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjał 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> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jaglana na wywarze 300g ( <b>SELER</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 150g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Gruszkas 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g
<b>Obiad</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko gotowane 140g (udko drobiowe, <b>sele</b> , pietruszka, marchew, mąka pszena, tymianek, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g  - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko gotowane 140g (udko drobiowe, <b>sele</b> , pietruszka, marchew, mąka pszena, tymianek, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>sele</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty włoskiej 120g  - Kompot 200 ml
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser topiony plastry 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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 mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser topiony plastry 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser topiony plastry 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser topiony plastry 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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> )) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka Podkomorzy bez kości 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> )) - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</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> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2164 kcal; B: 107,53 g; T: 78,83 g, w tym Tł. nasycone: 39,97 g; W: 263,32 g, w tym cukry 118,588 g; Błonnik: 17,04 g, Sól: 4,59 g;

**JADŁOSPIS 28.07.2024 - Niedziela**