

JADŁOSPIS 26.08.2024 – 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 owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul> <p>- jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na wywarze warzywnym 300g (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Pomidor 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham) (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO)</li> <li>- Papryka 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (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, ogonówką wiejską (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, ogonówką wiejską (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, ogonówką wiejską (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, ogonówką wiejską (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 szczawiowa z groszkiem ptyisiowym 400g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyisiowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szczawiowa z groszkiem ptyisiowym 400g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyisiowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szczawiowa z groszkiem ptyisiowym 400g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyisiowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szczawiowa z groszkiem ptyisiowym 250g (wywar wieprzowy, szczaw, groszek ptyisiowy, marchew, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 140g (m. z kurczaka, koncentrat, przyprawy, mąka pszena, (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 100g</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 120g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kefir 150g (MLEKO) + pieczywo chrupkie 2szt. (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 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)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 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)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</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; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 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)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 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)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</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; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 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)</li> <li>- Jajko 1 szt. (JAJA)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (JAJA)</li> <li>- Pomidor 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka owsiane 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka owsiane 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Owsianka instant 50g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka owsiane 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka owsiane 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka owsiane 40 g (GLUTEN)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2401 kcal; B: 106,61 g; T: 66,0 g, w tym Tł. nasycone: 31,92 g; W: 354,81 g, w tym cukry 191,93 g; Błonnik: 28,02 g, Sól: 7,19 g;

JADŁOSPIS 27.08.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Szynka wieśniowa 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> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogórek 80g - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser topiony plastry 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Nektarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Nektarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Nektarynka 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Nektarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Nektarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Nektarynka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy ( <b>JAJA, MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Pulpet mięsno warzywny z soczewicą 140g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna, marchewka ( <b>GLUTEN, SELER, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy ( <b>JAJA, MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Pulpet mięsno warzywny z soczewicą 140g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenna, marchewka ( <b>GLUTEN, SELER, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy ( <b>JAJA, MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kotlet pożarski 120g (m. drobiowe, jajo, b. pszena, mleko, przyprawy ( <b>JAJA, MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Mus owocowo – warzywny 90g	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Rogal maślany 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 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> )) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 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> )) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 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> )) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 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> )) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka gotowana extra 60g (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> )) - Sałatka jarzynowa 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt ( <b>SELER, MLEKO</b> ))  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2249 kcal; B: 100,43 g; T: 86,23 g, w tym Tł. nasycone: 40,24 g; W: 275,42 g, w tym cukry 170,12 g; Błonnik: 20,31 g, Sól: 6,83g

JADŁOSPIS 28.08.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia 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	- Kasza jęczmienna na wywarze 300g ( <b>SELER</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 150g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 120g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO</b> , <b>SOJA</b> , <b>GLUTEN</b> , <b>SO2</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO</b> , <b>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), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO</b> , <b>GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 200g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 200g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 200g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 200g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 200g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 2500g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>MLEKO</b> )) - Potrawka z ciecierzycą w sosie pomidorowym z mięsem mielonym 140g (m. wieprzowe, ciecierzycza, papryka, koncentrat pomidorowy, oliwa, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> , <b>SOJA</b> )) - Makaron pszenny 100g ( <b>GLUTEN</b> , <b>JAJA</b> ) - Jabłko 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt deserowy „AGATKA” 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA</b> , <b>GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA</b> , <b>GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA</b> , <b>GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA</b> , <b>GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA</b> , <b>GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Owsianka instant 50g ( <b>GLUTEN</b> )	Galaretka owocowa 200ml	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2268 kcal; B: 85,93 g; T: 98.89 g, w tym Tł. nasycone: 36,42 g; W: 263,91 g, w tym cukry 141,30 g; Błonnik: 15,26 g; Sól: 3,40 g;

**JADŁOSPIS 29.08.2024 – 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>	- Kasza jagłana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 60g (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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Kasza jagłana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 60g (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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jagłana na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 60g (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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Kasza jagłana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 60g (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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jagłana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 60g (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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Kasza jagłana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka wieśniowa 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> )) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Gruszka 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Mus owocowy 90g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Gruszka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Surówka z marchewki 150g  - Kompot 200ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Surówka z marchewki 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa ryżanka 400g (wywar drobiowy, włoszczyzna, ryż biały, m. z kurczaka, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Surówka z marchewki 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 250g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kopytka 200g ( <b>GLUTEN</b> ) - Gulasz w sosie z szpinaku 140g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , marchew, bulion, przyprawy, cukinia ( <b>GLUTEN</b> )) - Surówka z marchewki 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Bułka słodka z kruszonką 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Bułka słodka z kruszonką 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Kefir 150g ( <b>MLEKO</b> ) + pieczywo chrupkie 2szt. ( <b>GLUTEN</b> )	Bułka słodka z kruszonką 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Bułka słodka z kruszonką 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Bułka słodka z kruszonką 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - 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> )) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <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 żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <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> )) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <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> )) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - 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> )) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - 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> )) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Pizzerka 80 g ( <b>GLUTEN</b> )	Mus owocowy 90g	Pizzerka 80 g ( <b>GLUTEN</b> )	Pizzerka 80 g ( <b>GLUTEN</b> )	Pizzerka 80 g ( <b>GLUTEN</b> )	Pizzerka 60 g ( <b>GLUTEN</b> )
Kaloryczność dla diety ogólnej: 2313 kcal; B: 90,34 g; T: 65,72 g, w tym Tł. nasycone: 33,14 g; W: 342,41 g, w tym cukry 128,36 g; Błonnik: 18,29 g; Sól: 4,28 g;						

JADŁOSPIS 30.08.2024 - PIĄTEK

	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>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser topiony plastry 40g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 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 żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>ML8KO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), 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>- Płatki żytnie na wywarze 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser topiony plastry 40g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 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>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 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>))</li> <li>- Ser żółty 40g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser topiony plastry 40g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 150g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser topiony plastry 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Papryka 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g Arbuz 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany 140g (f.miruny, , przyprawy (<b>RYBA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany 140g (f.miruny, , przyprawy (<b>RYBA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buraczana z ziemniakami 250g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (<b>SELER, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny w cieście naleśnikowym 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Muffina kakaowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</p>	<p>Muffina kakaowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</p>	<p>Maślanka 150g (<b>MLEKO</b>) + wafle ryżowe 2szt. (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Muffina kakaowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</p>	<p>Muffina kakaowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</p>	<p>Muffina kakaowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</p>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 120g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Rzodkiewka 50g</li> <li>- Sałata 10g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Mus owocowy 90g</p>	<p>Mus owocowy 90g</p>	<p>Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2019 kcal; B: 77 g; T: 75,9 g, w tym Tł. nasycone: 26,63 g; W: 272,77 g, w tym cukry 154,3 g; Błonnik: 29,88 g, Sól: 4,84 g;

JADŁOSPIS 31.08.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 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 manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 60g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet 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 rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) 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, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml
Obiad	- Zupa brokułowa 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, fasola, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet gotowany 140g (m. wieprzowe, przyprawy, (SOJA, GLUTEN, SELER) - Ziemniaki 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, fasola, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet gotowany 140g (m. wieprzowe, przyprawy, (SOJA, GLUTEN, SELER) - Ziemniaki 200g (GLUTEN, JAJA) - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, fasola, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot 200ml	- Zupa brokułowa 250g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, fasola, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 100g - Mizeria 120g  - Kompot 200ml
Podwieczorek	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN)	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z budyniem 80g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Filet specjal 20g (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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
Posiłek nocny	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2257 kcal; B: 95,50 g; T:85,93 g, w tym Tł. nasycone: 36,93 g; W: 283,83 g, w tym cukry 154,74 g; Błonnik: 21,13 g; Sól: 7,65 g;

JADŁOSPIS 1.09.2024 - Niedziela

	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>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jęczmienna na wywarze 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet specjal 80g (f. z Piersi indyka, woda, hydrolizat b. kukurydzianego, sól, przyprawy (<b>SELER</b>), m. grochowa, b. grochowe, subst. Konserwująca – azotyn sodu (<b>MLEKO, SOJA, GORCZYCA</b>))</li> <li>- Śliwka 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>- Kluski lane na mleku 250g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Ser biały 80g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Dżem 40g</li> <li>- Śliwka 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Jabłko 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Arbuz 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Jabłko 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g Arbuz 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Jabłko 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Jabłko 200g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane 140g (udko drobiowe, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane 140g (udko drobiowe, , przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200 ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (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>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (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>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (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>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (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>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (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>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<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: 2229 kcal; B: 92,7 g; T: 74,04 g, w tym Tł. nasycone: 32,98 g; W: 304,65 g, w tym cukry: 199,66 g; Błonnik: 19,49 g, Sól: 6,8 g;