

JADŁOSPIS 23.09.2024 – 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. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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>- Ogórek kiszony 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. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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>- Ogórek kiszony 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurecząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Pomidor 80g</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. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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>- Ogórek kiszony 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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>- Ogórek kiszony 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (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 wiśniową (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 wiśniową (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 wiśniową (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 wiśniową (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>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej 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 (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 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 (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (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>- Buraczana z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowana cukinia z ziołami 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 (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 200g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z czerwonej 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 (SELER, MLEKO)</li> <li>- Kurczak w sosie słodko - kwaśnym 140g (m. z kurczaka, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 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. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenne, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Sałatka śledziowa 80g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posiłek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka z otrębami 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 z otrębami 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ciasteczka z otrębami 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 24.09.2024 – Wtorek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogonówka wiejska 20g (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. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g (MLEKO) - Ogórek 80g - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g (GLUTEN, MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser topiony plastry 20g (MLEKO) - Papryka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Śliwka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (bulion drobiowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. tarta, m. pszenka, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenka, (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. tarta, m. pszenka, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot b/c 200ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety w sosie z zieloną pietruszką 200g (mięso drobiowe, przyprawy, cebula, jajko, mąka pszenka, (GLUTEN, SELER, JAJA)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. tarta, m. pszenka, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Mizeria 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 250g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO) - Kotlet pożarski 140g (m. drobiowe, jajo, b. tarta, m. pszenka, mleko, przyprawy (JAJA, MLEKO, GLUTEN) - Ziemniaki 100g - Mizeria 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowo – warzywny 90g	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham: GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1/2 szt. (JAJA) - Pomidor 80g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Jogurt Bakoma 7 z bób 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))

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 25.09.2024 – 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>	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Ogórek 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka szkolna 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	- Kasza jaglana na wywarze 300g ( <b>SELER</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham ( <b>GLUTEN</b> )) Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Ogórek 60g - Sałata 20g  - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) Twarożek ze szczypiorkiem 150g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Ogórek 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 150g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) Twarożek ze szczypiorkiem 80g (ser twarogowy, szczypiorek, przyprawy, jogurt ( <b>MLEKO</b> )) - Ogórek 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <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), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym, (20g), 4 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) Sok marchewkowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Łazanki z kielbasą i sosem pieczarkowym 200g (kielbasa, mąka pszenna, kapusta kiszona,, mleko, pieczarki, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Makaron pszenny 150g - Jabłko 200g  - Kompot 200ml	- Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Filet gotowany w sosie pieczeniowym 200g (m.drobiowe, przyprawy, mąka ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Łazanki z kielbasą i sosem pieczarkowym 200g (kielbasa, mąka pszenna, kapusta kiszona,, mleko, pieczarki, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Makaron razowy 150g - Jabłko 200g  - Kompot 200ml	- Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Filet gotowany w sosie pieczeniowym 200g (m.drobiowe, przyprawy, mąka ( <b>GLUTEN, SOJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa dyniowa 400g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Łazanki z kielbasą i sosem pieczarkowym 200g (kielbasa, mąka pszenna, kapusta kiszona,, mleko, pieczarki, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Makaron pszenny 150g - Jabłko 200g  - Kompot 200ml	- Zupa dyniowa 250g (wywar warzywny, dynia, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Łazanki z kielbasą i sosem pieczarkowym 140g (kielbasa, mąka pszenna, kapusta kiszona,, mleko, pieczarki, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Makaron pszenny 100g - 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. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek 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 26.09.2024 – 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki 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 drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát 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>- Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki 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 drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki 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 drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zacierki na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 50g</li> <li>- Sałata 10g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Gruszka 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Gruszka 200g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa warzywna z soczewicą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, soczewica, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Surówka z marchewki 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 (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Gotowana marchewka 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa warzywna z soczewicą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, soczewica, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Surówka z marchewki 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 (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Gotowana marchewka 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa warzywna z soczewicą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, soczewica, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 200g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Surówka z marchewki 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa warzywna z soczewicą 250g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, soczewica, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO))</li> <li>- Kopytka 100g (GLUTEN)</li> <li>- Gulasz w sosie z szpinaku 140g (m. wieprzowej, mąka pszena, marchew, bulion, przyprawy, cukinia (GLUTEN))</li> <li>- Surówka z marchewki 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Kefir 150g (MLEKO) + pieczywo chrupkie 2szt. (GLUTEN)</p>	<p>Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>	<p>Bułka słodka z kruszonką 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</p>
<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>- Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</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>- Szynka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzát białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER))</li> <li>- Pomidor 80 g</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>- Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</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>- Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</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>- Sałatka z ryżem i z kurczakiem 120g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80 g</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>- Sałatka z ryżem i z kurczakiem 80g (ryż, jogurt, filet drobiowy, groszek zielony, ogórek świeży, papryka (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 60 g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posiłek nocny</b>	<p>Pizzerka 80 g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerka 80 g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerka 80 g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerka 80 g (GLUTEN)</p>	<p>Pizzerka 60 g (GLUTEN)</p>

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 27.09.2024 - 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>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> <li>- jogurt naturalny 150g (<b>MLEKO</b>) – pacjenci bez dodatków</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na wywarze 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 150g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>))</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (<b>JAJKA</b>)</li> <li>- Ogórek 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 szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mandarynka 200g</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ryba w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, m. <i>pszenna</i>, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (f.miruny, , przyprawy (<b>RYBA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ryba w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, m. <i>pszenna</i>, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot b/c 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (f.miruny, , przyprawy (<b>RYBA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ryba w cieście naleśnikowym 140g (f.miruny, jaja, m. <i>pszenna</i>, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ryba w cieście naleśnikowym 120g (f.miruny, jaja, m. <i>pszenna</i>, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 120g</li> <li>- Kompot 200ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina owocowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina owocowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maślanka 150g (<b>MLEKO</b>) + wafle ryżowe 2szt. (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina owocowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina owocowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina owocowa 60g (<b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 150g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i>, m. <i>żytnia</i>, m. <i>graham</i>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 80g (ser twarogowy, przyprawy, koperek, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Papryka 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowy 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krakersy 90g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>
<p align="center">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;</p>						

JADŁOSPIS 28.09.2024 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), 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. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik 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. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	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
<b>Obiad</b>	- Zupa z zielonego groszku 400g (wywar drobiowy, groszek, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie chrzanowym 200g (m. drobiowe, mąka pszena, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa z zielonego groszku 400g (wywar drobiowy, groszek, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot b/c 200ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie chrzanowym 200g (m. drobiowe, mąka pszena, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa z zielonego groszku 400g (wywar drobiowy, groszek, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa z zielonego groszku 250g (wywar drobiowy, groszek, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Kotlet drobiowy w bułce i płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszena, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN)	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN))
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka bez kości Podkomorzy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)

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 29.09.2024 - Niedziela

	<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>	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Ser biały 110g ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 110g ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 40g - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jęczmienna na wywarze 300g ( <b>SELER, 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> ) - Ser biały 110g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 20g (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> ) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Ser biały 110g ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Ser biały 110g ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - herbata 250ml	- Kluski lane na mleku 250g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 80g ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 40g - Śliwka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, ogonówką wiejską (20g), 3 plasterkami papryki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Jabłko 200g
<b>Obiad</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, 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>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, 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>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko opiekane 140g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 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. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 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. <b>pszenna</b> , m. <b>żytnia</b> , m. <b>graham</b> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</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> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</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> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</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> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Delicje 30g ( <b>GLUTEN</b> )	Delicje 30g ( <b>GLUTEN</b> )	Owsianka instant 50g ( <b>GLUTEN</b> )	Delicje 30g ( <b>GLUTEN</b> )	Delicje 30g ( <b>GLUTEN</b> )	Delicje 30g ( <b>GLUTEN</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;