

JADŁOSPIS 30.09.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa40g (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 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g  - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa40g (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 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa40g (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 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa40g (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 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki ryżowe na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 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) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka coleslaw 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowana cukinia 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka coleslaw 150g (MLEKO)  - Kompot b/c 200ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Gotowana cukinia 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g - Surówka coleslaw 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 140g (m. wieprzowej, mąka pszenna, groszek, curry., bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 100g - Surówka coleslaw 120g (MLEKO)  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżowe	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 120g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasta rybna z makreli 80g (makrela, majonez light, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, sok z cytryny, sól (RYBA, JAJA, MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Arbuz 200g	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2672 kcal; B: 109,36 g; T: 92,84 g, w tym Tł. nasycone: 44,57 g; W: 359,06 g, w tym cukry 195,68 g; Błonnik: 24,79 g; Sól: 8,49 g

JADŁOSPIS 1.10.2024 – 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</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 gotowana extra20g (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	- Płatki owsiane 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, koncentrat ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, koncentrat ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g  - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 200ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Kotlet mielony 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</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> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <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	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Ogórek 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, GLUTEN</b> ), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ), - Ogórek 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, GLUTEN</b> ), - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))	Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat ( <b>MLEKO</b> ))

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2491 kcal; B: 107,65 g; T: 79,83 g, w tym Tł. nasycone: 37,32 g; W: 345,39 g, w tym cukry 168,32 g; Błonnik: 28,27 g, Sól: 8,58 g

JADŁOSPIS 2.10.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze warzywnym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham (GLUTEN)) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mandarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mandarynka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wolowe5 %,skrobia ziemn., tl. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wolowe5 %,skrobia ziemn., tl. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO)  - Kompot b/c 200ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN, SELER)) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 400g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wolowe5 %,skrobia ziemn., tl. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 200g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO)  - Kompot 200ml	- Zupa pejszanka 250g (woda, m. wieprzowe, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wędzona (m.wieprzowe 68%,woda,m. wolowe5 %,skrobia ziemn., tl. wieprz., b. sojowe), śmietana 12%,m.pszenna pełnoziarnista, przyprawy (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO)) - Gulasz drobiowy z dynią i marchewką 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, dynia, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z kapusty włoskiej 120g (MLEKO)  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, 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. pszena, 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. pszena, 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. pszena, 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. pszena, 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. pszena, 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 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2522 kcal; B: 112,01 g; T:89,00 g, w tym Tł. nasycone: 43,03 g; W: 327,38 g, w tym cukry 181,47 g; Błonnik: 23,26 g, Sól: 7,81 g;

**JADŁOSPIS 3.10.2024 – 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>	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Szyńska 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> )) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym ( <b>z jaj</b> ) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńska 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> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki 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> ) - Szyńska 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> )) - Ser topiony 40g (mleko, subst. kons. - lizozym ( <b>z jaj</b> ) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Szyńska 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> )) - Ser topiony 40g (mleko, subst. kons. - lizozym ( <b>z jaj</b> ) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, 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> ) - Szyńska 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> )) - Ser topiony 40g (mleko, subst. kons. - lizozym ( <b>z jaj</b> ) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńska 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> )) - Ser topiony 20g (mleko, subst. kons. - lizozym ( <b>z jaj</b> ) ( <b>MLEKO, JAJA</b> )) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok warzywny 200ml	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka kiszzonego ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pierogi z serem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Pierogi z serem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pierogi z serem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 150g  - Kompot b/c 200ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Pierogi z serem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Banan 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pierogi z serem 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 150g  - Kompot 200ml	- Zupa fasolowa 250g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pierogi z serem 200g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 30g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczerek</b>	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> ), Pieczywo chrupkie 2 szt. ( <b>GLUTEN</b> )	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Drożdżówka z budyniem 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> ) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80 g  - herbata 250ml	- 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 – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80 g  - 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> ) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80 g  - 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> ) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80 g  - 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> ) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80 g  - 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> ) - Pasta z groszku 80g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 60 g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Mus owocowo – warzywny 90g	Mus owocowo – warzywny 90g	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2118 kcal; B: 89,49 g; T: 79,74 g, w tym Tł. nasycone: 31,62 g; W: 267,13 g, w tym cukry 97,00 g; Błonnik: 19,69 g, Sól: 5,04 g;

JADŁOSPIS 4.10.2024 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków  - herbata 250ml	- Płatki jęczmiennie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 200g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmiennie na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Szyzka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmiennie na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 100g (MLEKO) - Dżem 40g - Śliwka 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmiennie na mleku 250g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 20g - Śliwka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet z miruny w lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 200g - Gotowana cukinia 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 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 z miruny w lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 200g - Gotowana cukinia 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 200g - Surówka z kiszonych ogórków 150g  - Kompot 200ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Filet z mintaja panierowany w bułce 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemiaki 100g - Surówka z kiszonych ogórków 120g  - Kompot 200ml
<b>Podwieczorek</b>	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (MLEKO) + Pieczywo chrupkie 2 sz. (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Szyzka wiśniowa 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - 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: 2232 kcal; B: 106,38 g; T: 80,13 g, w tym Tł. nasycone: 38,93 g; W: 305,84 g, w tym cukry 155,75 g; Błonnik: 24,73 g, Sól: 8,53 g;

Jadłospis 5.10.2024 - Sobota

	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 (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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. (AJAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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. (AJAJA)</li> <li>- Jajko 1 szt. (AJAJA)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na wywarze 300g (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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. (AJAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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. (AJAJA)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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. (AJAJA)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (AJAJA)</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, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok pomidorowy 200ml</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza pęczak 200g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER))</li> <li>- Filet w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. wieprzowe, przyprawy, (SOJA, GLUTEN, SELER)</li> <li>- Ziemniaki 200g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza pęczak 200g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER))</li> <li>- Filet w sosie jogurtowo - ziołowym 200g (m. wieprzowe, przyprawy, (SOJA, GLUTEN, SELER)</li> <li>- Ziemniaki 200g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szpinakowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Schab w sosie pieczarkowym 200g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza pęczak 200g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa szpinakowa z ryżem 250g (wywar drobiowy, szpinak, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER))</li> <li>- Schab w sosie pieczarkowym 140g (m. wieprzowe, pieczarka, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza pęczak 100g (GLUTEN, AJAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 120g</li> </ul> <p>- Kompot 200ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)</p>	<p>Kefir 150g (MLEKO) + pieczywo chrupkie 2szt. (GLUTEN)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)</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>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Schab kruchy 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)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</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>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Papryka 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>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p> <p>Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, AJAJA, MLEKO)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Papryka 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Galaretka owocowa 200ml</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>	<p>Owsianka instant 50g (GLUTEN)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2227 kcal; B: 109,28 g; T: 95,69 g, w tym Tł. nasycone: 40,17 g; W: 236,97 g, w tym cukry 108,35 g; Błonnik: 14,42 g; Sól: 8,68 g;

JADŁOSPIS 6.10.2024 - Niedziela

	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, GLUTEN) - 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, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet specjalny 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzepakowy) (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - 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 b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - 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 150g (MLEKO, GLUTEN) - 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, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Jabłko 200g
<b>Obiad</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g  - Kompot b/c 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Ziemniaki 200g - Marchewka z groszkiem 150g  - Kompot 200 ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER)) - Wątróbka smażona z cebulką 120g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 100g - Surówka z selera 120g  - Kompot 200 ml
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 120g (kasza jaglana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzepakowy) (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 60g - Sałata 20g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 120g (kasza jaglana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 120g (kasza jaglana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 120g (kasza jaglana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka z soczewicy, kaszy jaglanej z koncentratem pomidorowym 120g (kasza jaglana, koncentrat, soczewica, przyprawy (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2348 kcal; B: 103,66 g; T: 87,50 g, w tym Tł. nasycone: 35,15 g; W: 294,10 g, w tym cukry: 226,49 g; Błonnik: 20,28 g; Sól: 5,36 g;