

JADŁOSPIS 14.10.2024 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Sznycelka wieprzowa 80g (m. wieprzowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 300g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztecik pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki ryżowe na mleku 150g (MLEKO)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasztecik pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Papryka 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok marchewkowy 200ml</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (MLEKO)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron pszenny 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g (MLEKO)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 200g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron razowy 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Sos bolognese z mięsem mielonym 140g (m. wieprzowe, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy, olej, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Makaron razowy 100g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z czerwonej kapusty 120g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Babka piaskowa 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, 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> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<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 śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<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 śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<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 śledziowa 80g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO))</li> <li>- Pomidor 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pomarańcza 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lubisie 30 g (GLUTEN)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 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 15.10.2024 – Wtorek**

	<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>- Kawa zbożowa 250ml (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kawa zbożowa 250ml (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 150g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- File zapiekany 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Jajko 1/2 szt..( <b>JAJA</b>)</li> <li>- Ogórek 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mandarynka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mandarynka 200g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mandarynka 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g Mandarynka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mandarynka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>) Mandarynka 200g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (<b>SELER</b>))</li> <li>- Filet w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, (<b>MLEKO, GLUTEN</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (<b>SELER</b>))</li> <li>- Filet w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe., przyprawy, (<b>MLEKO, GLUTEN</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 250g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z buraczków 120g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Mus owocowo – warzywny 90g</p>	<p>Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>	<p>Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</p>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m.graham</u>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (<b>MLEKO, JAJA</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>	<p>Pudding waniliowy 165g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (<b>MLEKO</b>))</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2172 kcal; B: 98,85 g; T: 79,81 g, w tym Tł. nasycone: 33,90 g; W: 271,93 g, w tym cukry 117,04 g; Błonnik: 28,83 g; Sól: 7,72 g;

JADŁOSPIS 16.10.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea (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	-Zacierki na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham (GLUTEN)) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 120g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Banan 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszennea (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO)  - Kompot 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszennea, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszennea (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO) - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszennea, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszennea, przyprawy (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż biały 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszennea (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g (MLEKO)  - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszennea (GLUTEN, SELER)) - Schab duszony w sosie curry 200g (m. wieprzowe, mąka pszennea, cuury, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Ryż brązowy 100g - Surówka z kapusty włoskiej 120g (MLEKO)  - Kompot 250ml
<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. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszennea, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka gotowana extra 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO)) - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszennea, m. żytnia, m.graham; GLUTEN) - Masło 10g (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) - Sałatka jarzynowa 0g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)	Ciasteczka z otrębami 40 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2202 kcal; B: 104,59 g; T: 82,62 g, w tym Tł. nasycone: 38,05 g; W: 266,51 g, w tym cukry 141,40 g; Błonnik: 15,81 g, Sól: 3,17 g;

**JADŁOSPIS 17.10.2024 – 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>	- Kasza manna na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo pszenne 100g (m. <i>pszenna</i> , <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Szynka drobiowa 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	-Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g <b>(SELER, GLUTEN)</b> - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 150g <b>(GLUTEN,MLEKO)</b> - Pieczywo mieszane 60g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Parówka 1 szt. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <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 ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Sok owocowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa gulaszowa 400g (m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat,, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> ) - Knedle z owocami 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 200g  - Kompot 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Knedle z owocami 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Mus owocowy 90g  - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Pierogi ruskie 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Jabłko 200g  - Kompot b/c 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Knedle z owocami 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Mus owocowy 90g  - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 400g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Knedle z owocami 300g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 50g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 200g  - Kompot 250ml	- Zupa warzywna z ciecierzycą 250g ((wywar rosółowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, ciecierzycza, mąka, śmietana, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) ( <b>SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO</b> )) - Knedle z owocami 200g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) - Polewa jogurtowa 30g (jog. ( <b>MLEKO</b> )) - Jabłko 120g  - Kompot 250ml
<b>Podwieczorek</b>	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Jabłko 200g	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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <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. <i>pszenna</i> , <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 80 g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <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. <i>pszenna</i> , m. <i>żytnia</i> , m. <i>graham</i> ; <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	Galaretka owocowa 200 ml	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 80g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2334 kcal; B: 97,86 g; T: 75,87 g, w tym Tł. nasycone: 33,14 g; W: 318,85 g, w tym cukry 135,30 g; Błonnik: 13,47 g, Sól: 4,70 g;

JADŁOSPIS 18.10.2024 – Piątek

	<b>DIETA OGÓLNA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>	<b>ZPO</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 4-18</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 1-3</b>
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</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 jęczmiennie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 200g (m. pszena, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmiennie na wywarze 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmiennie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki jęczmiennie na mleku 150g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Rogal maślany 80g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Sznynka gotowana extra 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 50g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gruszka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Mus owocowy 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gruszka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g</li> <li>- Mus owocowy 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gruszka 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Gruszka 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>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</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 lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</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 mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</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 mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</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 mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</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>- Filet z mintaja panierowany w bułce 120g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszena, przyprawy, mleko (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka z kiszonych ogórków 120g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina jasna 60g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina jasna 60g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogurt naturalny 150g (ser twarogowy, śmietanka, aromat (<b>MLEKO</b>)) + Pieczywo chrupkie 2 sz. (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina jasna 60g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina jasna 60g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muffina jasna 60g (<b>GLUTEN</b>)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, 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. pszena, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, 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. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, 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. pszena, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 80g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Papryka 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mus owocowo – warzywny 90g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b>)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 22367 kcal; B: 89,68 g; T: 94,48 g, w tym Tł. nasycone: 34,22 g; W: 291,49 g, w tym cukry 117,63 g; Błonnik: 21,52 g, Sól: 6,68 g;

Jadłospis 19.10.2024 - 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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</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 pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</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. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Schab kruchy 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, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 60g</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), 1 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 brokułowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)</li> <li>- Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszena, przyprawy GLUTEN)</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)</li> <li>- Pulpety w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, szpinak (MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)</li> <li>- Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszena, przyprawy GLUTEN)</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa grysikowa 400g (wywar warzywny, marchew, kasza manna, natka pietruszki, mleko, przyprawy (SELER, MLEKO)</li> <li>- Pulpety w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, szpinak (MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany bukiet warzyw 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa brokułowa z ryżem 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)</li> <li>- Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszena, przyprawy GLUTEN)</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka colesław 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa brokułowa z ryżem 250g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, ryż, natka pietruszki, przyprawy (SELER)</li> <li>- Wątróbka smażona z cebulką 120g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszena, przyprawy GLUTEN)</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Surówka colesław 120g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Jabłko 200g</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (GLUTEN)</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>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ogórek kiszony 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Filet specjal 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> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<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>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ogórek kiszony 80g</li> <li>- herbata b/c 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> <li>- Baton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ogórek kiszony 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Paszтет pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN,</li> <li>- Ogórek kiszony 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Galaretka owocowa 200ml</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 200g (MLEKO)</p>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2536 kcal; B: 116,82 g; T: 113,63 g, w tym Tł. nasycone: 48,02 g; W: 268,85 g, w tym cukry 135,51 g; Błonnik: 18,50 g; Sól: 7,88 g;

JADŁOSPIS 20.10.2024 - 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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Szyńka Podkomorzy 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> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jaglana na wywarze 300g (SELER, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Pomidor 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jabłko 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Banan 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jabłko 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g</li> <li>- Banan 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jabłko 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Jabłko 200g</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Mizeria 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Mizeria 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Kotlet mielony 140g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Mizeria 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, seler, przyprawy (GLUTEN, JAJA, SELER))</li> <li>- Kotlet mielony 120g (m. drobiowe, mąka pszenna, bułka tarta, , mleko, jaja, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, JAJA))</li> <li>- Ziemniaki 100g</li> <li>- Mizeria 120g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- 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)</li> <li>- Pomidor 60g</li> <li>- Sałata 20g</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>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m.graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO))</li> <li>- Rzodkiewka 50g</li> <li>- Sałata 10g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)

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;