

JADŁOSPIS 9.12.2024 – 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>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza jagłana na wywarze 300g (SELER)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Ser żółty 40g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham (GLUTEN))</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka 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)</li> <li>- Ser żółty 20g (MLEKO)</li> <li>- Rzodkiewka 50g</li> <li>- Sałata 10g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>II śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok warzywny 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN)</li> <li>- Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok owocowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</li> <li>- Sok owocowy 200ml</li> </ul>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż brązowy 200g</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marchwianka 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, marchewka, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 200g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 200g</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER))</li> <li>- Kąski kurczaka w sosie warzywnym 140g (m. z kurczaka, marchew, brokuł, fasola, mąka pszenna, bulion, marchewka (SELER, GLUTEN))</li> <li>- Ryż biały 100g</li> <li>- Surówka z kapusty włoskiej 120g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kekes 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>- Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kekes 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)</li> </ul>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Szyunka drobiowa 80g (m. drobiowe, skowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) skrobia kukurydziana, sól, białka (soj)</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 20g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 80g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; GLUTEN)</li> <li>- Masło 10g (MLEKO)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 80g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, GLUTEN))</li> <li>- Pomidor 60g</li> <li>- herbata 250ml</li> </ul>
<b>Posilek nocny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka z kapustą kiszoną 80g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kisiel owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jabłko 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kisiel owocowy 200 ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka z kapustą kiszoną 80g (GLUTEN)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka z kapustą kiszoną 80g (GLUTEN)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2586 kcal; B: 111,05 g; T: 93,54 g, w tym Tł. nasycone: 48,43 g; W: 331,75 g, w tym cukry 172,32 g; Błonnik: 20,43 g, Sól: 5,81 g

JADŁOSPIS 10.12.2024 – 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. pszenka, m. żytnia, m. graham ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Ogórek kiszony 120g  - herbata 250ml	- Płatki gryczane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki gryczane na warzywie jarzynowym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Ogórek kiszony 120g  - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml ( <b>GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki gryczane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Ogórek kiszony 120g  - herbata 250ml	- Płatki gryczane na mleku 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )  Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )  Mandarynka 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )  Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )  Mandarynka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami rzodkiewki ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )  Mandarynka 200g
<b>Obiad</b>	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenka, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe, mąka pszenka, bulion, mleko, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenka, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g  - Kompot b/c 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Filet drobiowy w sosie pieczeniowym 200g (m. drobiowe, mąka pszenka, bulion, mleko, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowana marchewka 150g  - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 140g (m. drobiowe, mąka pszenka, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 200g - Surówka z buraczków 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 250g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Kotlet drobiowy w płatkach owsianych 120g (m. drobiowe, mąka pszenka, bułka tarta, płatki owsiane, mleko, jaja, przyprawy ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )) - Ziemniaki 100g - Surówka z buraczków 120g  - Kompot 250ml
<b>Podwieczorek</b>	Muffina kakaowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Muffina kakaowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Mus owocowo – warzywny 90g	Muffina kakaowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Muffina kakaowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )	Muffina kakaowa 80g ( <b>GLUTEN, MLEKO, JAJA</b> )
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenka, <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenka, m. żytnia, m. graham; <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Ogonówka wiejska 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> )) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek 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> )) + 2 szt. wafle ryżowe	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: 2135 kcal; B: 98,59 g; T: 72,77 g, w tym Tł. nasycone: 37,64 g; W: 278,85 g, w tym cukry 130,33 g; Błonnik: 17,94 g; Sól: 5,86 g;

JADŁOSPIS 11.12.2024 – Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Szyunka 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) - Ogórek 140g  - herbata b/c 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 80g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Banan 140g  - herbata 250ml	- Płatki jęczmienne na mleku 150g (MLEKO, GLUTEN) - Rogal maślany 60g (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 20g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 80g (MLEKO) - Dżem 20g - Banan 120g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Sok pomidorowy 200ml
<b>Obiad</b>	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g  - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (SELER, MLEKO) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Gotowana kukinia 150g  - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ryż, marchew, przyprawy (SELER, MLEKO) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Gotowana kukinia 150g  - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 200g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN) - Surówka z selera 150g  - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 2500g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, pieczarki, przyprawy (GLUTEN, MLEKO, SELER) - Gulasz z groszkiem w lekkim sosie curry 140g (m. wieprzowej, mąka pszena, groszek, curry,, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 100g (GLUTEN) - Surówka z selera 120g  - 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. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szyunka 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) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 80g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Drożdżówka z serem 80 g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80 g (GLUTEN)	Owsianka instant 90g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80 g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80 g (GLUTEN)	Drożdżówka z serem 80 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2190 kcal; B: 76,25 g; T: 73,53 g, w tym Tł. nasycone: 35,34 g; W: 302,63 g, w tym cukry 151,26 g; Błonnik: 23,67 g, Sól: 4,65 g;

**JADŁOSPIS 12.12.2024 – Czwartek**

	<b>DIETA OGÓLNA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA CUKRZYCOWA</b>	<b>ZPO</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 4-18</b>	<b>DIETA DLA DZIECI 1-3</b>
<b>Śniadanie</b>	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka 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) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata b/c 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Ser żółty 40g (MLEKO) - Papryka 80g  - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 150g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 80g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wiśniowa 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) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Papryka 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 100g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 100g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 100g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowo – warzywny 100g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 100g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowo – warzywny 100g
<b>Obiad</b>	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Knedle z owocami 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g  - Kompot 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, GLUTEN)) - Knedle z owocami 300g (GLUTEN, SELER)) - Knedle z owocami 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Mandarynka 200g  - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pierogi z serem i szpiankiem 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g  - Kompot b/c 250ml	- Krupnik jaglany 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Knedle z owocami 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Mandarynka 200g  - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Knedle z owocami 300g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 200g  - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 300g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Knedle z owocami 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO)) - Jabłko 120g  - Kompot 250ml
<b>Podwieczorek</b>	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Pączek z marmoladą 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszeny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszena, 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) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszeny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszeny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN), - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszeny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszena, m. żytnia, m. graham; GLUTEN) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 60g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszeny, mąka pszena (JAJA, GLUTEN), - Ogórek kiszony 60g  - herbata 250ml
<b>Posiłek nocny</b>	Słomka ptyśiowa „Brześć” 30g (GLUTEN)	Słomka ptyśiowa „Brześć” 30g (GLUTEN)	Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym 200ml (gruszka, jogurt nat.) (MLEKO)	Słomka ptyśiowa „Brześć” 30g (GLUTEN)	Słomka ptyśiowa „Brześć” 30g (GLUTEN)	Słomka ptyśiowa „Brześć” 30g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2529 kcal; B: 92,90 g; T: 97,93 g, w tym Tł. nasycone: 45,39 g; W: 328,14 g, w tym cukry 264,87 g; Błonnik: 23,72 g, Sól: 3,76 g;

JADŁOSPIS 13.12.2024 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
<b>Śniadanie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- jogurt naturalny 150g (<b>MLEKO</b>) – pacjenci bez dodatków</p> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</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 owsiane na wywarze 300g (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kakao na mleku 250ml (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</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 owsiane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 60g</li> <li>- Sałata 20g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki owsiane na mleku 150g (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</li> <li>- Jajko 1/2 szt. (<b>JAJA</b>)</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, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>) Mus owocowy 90g</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>) Gruszka 200g</p>	<p>Bułka maślana 60g (<b>GLUTEN</b>), dżem 30g Mus owocowy 90g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>) Gruszka 200g</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (<b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>) Gruszka 200g</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. <b>pszenna</b>, przyprawy, mleko (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z miruny w sosie ziołowym 200g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. <b>pszenna</b>, przyprawy, mleko (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. <b>pszenna</b>, przyprawy, mleko (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. <b>pszenna</b>, przyprawy, mleko (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b>, ziemniaki, koperek, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy (<b>SELER</b>, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. <b>pszenna</b>, przyprawy, mleko (<b>RYBA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>JAJA</b>, <b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Surówka z kiszzonej kapusty 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Babka czekoladowa 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Maślanka 200g (<b>MLEKO</b>) + 2 wafle ryżowe</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>	<p>Babka czekoladowa 80g (<b>GLUTEN</b>)</p>
<b>Kolacja</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <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> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna</b>, <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 – <b>MLEKO</b>, <b>GLUTEN</b>), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO</b>, <b>SOJA</b>, <b>GLUTEN</b>, <b>SO2</b>, <b>JAJA</b>, <b>SELER</b>))</li> <li>- Pomidor 80g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <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> </ul> <p>- herbata b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <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> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <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> </ul> <p>- herbata 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 60g (m. <b>pszenna</b>, m. <b>żytnia</b>, m. <b>graham</b>; <b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 800g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor 60g</li> </ul> <p>- herbata 250ml</p>
<b>Posilek nocny</b>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>JAJA</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>JAJA</b>)</p>	<p>Pomarancza 1 szt. (min.200g)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>JAJA</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>JAJA</b>)</p>	<p>Drożdżówka z jabłkiem 80g (<b>GLUTEN</b>, <b>MLEKO</b>, <b>JAJA</b>)</p>

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 14.12.2024 - 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>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek kiszony 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 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)</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>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek kiszony 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>- 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>- 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>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek kiszony 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>- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ser topiony plastry 20g.(MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)</li> <li>- Ogórek kiszony 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 marchewkowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok marchewkowy 200ml</p>	<p>Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok marchewkowy 200ml</p>	<p>Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g</p> <p>Sok marchewkowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), 1 liściem sałaty, 3 plasterkami rzodkiewki 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok marchewkowy 200ml</p>	<p>Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)</p> <p>Sok marchewkowy 200ml</p>
<b>Obiad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza gryczana 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana dynia 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza gryczana 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Pulpety w sosie pomidorowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, koncentrat pom. (MLEKO, GLUTEN))</li> <li>- Ziemniaki 200g</li> <li>- Gotowana dynia 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 400g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza gryczana 200g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Barszcz ukraiński 250g (wywar drobiowy, buraki, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, mleko, przyprawy, kapusta kiszona (SELER, MLEKO))</li> <li>- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 200g (m. wieprzowe, kapusta, ryż, pietruszka, oliwa, przyprawy, bulion, mąka (GLUTEN, SOJA) SELER)</li> <li>- Kasza gryczana 100g (GLUTEN, JAJA)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>Podwieczorek</b>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN)</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN)</p>	<p>Jabłko 200g</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN)</p>	<p>Rogal maślany 80g (GLUTEN)</p>	<p>Rogal maślany 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>- 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>- Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>- Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>- 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>- Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>- 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>- Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>- 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>- Sałatka jarzynowa 80g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>- 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>- Sałatka jarzynowa 60g (ziemniaki, marchew, pietruszka, ogórek kiszony, groszek zielony, jogurt (SELER, MLEKO))</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>
<p>Kaloryczność dla diety ogólnej: 2372 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</p>						

**Jadłospis 15.12.2024 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>	- Ryż biały na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna, GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata b/c 250ml	- Ryż biały na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 150g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 60g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szyńka bez kości Podkomorzy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 60g  - herbata 250ml
<b>II śniadanie</b>	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Mandarynka 200g	Bułka maślana 60g ( <b>GLUTEN</b> ), dżem 30g Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, filetem zapiekany (20g), 3 plasterkami ogórka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) Banan 200g
<b>Obiad</b>	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g  - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g  - Kompot b/c 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Udko w sosie tymiankowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy ( <b>GLUTEN, SELER</b> )) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw 150g  - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Rosół z makaronem 250g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>seler</b> , przyprawy ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> )) - Wątróbka smażona z cebulką 140g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 120g  - Kompot 250ml
<b>Podwieczorek</b>	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g	Mus owocowy 90g
<b>Kolacja</b>	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <b>pszenna, GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g  - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Pomidor 80g  - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <b>pszenna, m. żytnia, m.graham; GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Jajko 1/2szt. ( <b>JAJA</b> ) - Ogórek 60g  - herbata 250ml
<b>Posilek nocny</b>	Baton zbożowy 40g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 40g ( <b>GLUTEN</b> )	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny ( <b>MLEKO</b> ))	Baton zbożowy 40g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 40g ( <b>GLUTEN</b> )	Baton zbożowy 40g ( <b>GLUTEN</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2183 kcal; B: 113,32 g; T: 68,22 g, w tym Tł. nasycone: 31,53 g; W: 285,91 g, w tym cukry 139,17 g; Błonnik: 17,04 g; Sól: 5,29 g;