

JADŁOSPIS RADOWSKO 14.04.2025 – Poniedziałek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Papryka 80g - jogurt owocowy 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Ryż brązowy na wywarze 300g (SELER) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku z żurawiną 300g (MLEKO , GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku z żurawiną 200g (MLEKO , GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham (GLUTEN)) - Masło 15 g (MLEKO) - Szynka drobiowa 60g (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) - Papryka 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) Jabłko 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) Banan 200g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką gotowaną extra (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO , SOJA , GLUTEN , SO2) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Banan 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30 g (GLUTEN) Jabłko 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Jabłko 200g
Obiad	- Zupa cebulowa z groszkiem ptysiowym 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , ziemniaki, cebula, , przyprawy, groszek ptysiowy (SELER , GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN , JAJA) - Surówka z ogórka kiszzonego 150g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN , JAJA) - Gotowany bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew) 150g - Kompot 250ml	- Zupa cebulowa z groszkiem ptysiowym 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler , ziemniaki, cebula, , przyprawy, groszek ptysiowy (SELER , GLUTEN) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN , JAJA) - Surówka z ogórka kiszzonego 150 - Kompot b/c 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna 200g (GLUTEN , JAJA) - Gotowany bukiet warzyw (kalafior, brokuł, marchew) 150g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN , JAJA) - Surówka z ogórka kiszzonego 150 g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 250g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pyzy z mięsem 200g (GLUTEN , JAJA) - Surówka z ogórka kiszzonego 120g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN , MLEKO , JAJA)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN , MLEKO , JAJA)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO) + 2 szt. wafle ryżowe	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN , MLEKO , JAJA)	Drożdżówka z dżemem 80g (GLUTEN , MLEKO , JAJA)	Drożdżówka z dżemem 60g (GLUTEN , MLEKO , JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA , SELER , GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. pszenna , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobina 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. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA , SELER , GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Paprykarz rybny 120g (filet mintaja, ryż, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA , SELER , GLUTEN)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g - Dżem 40g - Banan 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. pszenna , m. żytnia , m. graham ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Ser biały 80g - Dżem 40g - Banan 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Owsianka instant 50g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)	Lubisie 30 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2280 kcal; B: 92,67 g; T: 66,41 g, w tym Tł. nasycone: 31,45 g; W: 336,39 g, w tym cukry 208,65 g; Błonnik: 21,74 g, Sól: 5,16 g;

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - 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) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - 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) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Rzodkiewka 60g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - 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) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - 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) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - 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) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Kawa zbożowa 250ml (GLUTEN) - Pieczywo pszenne 60g (m. <u>pszenna</u>, (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - File zapiekany 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Jajko 1 szt..(JAJA) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Sok marchewkowy 200ml
Obiad	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie ziołowym 200g (m. drobiowe,, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Wątróbka smażona z cebulką 200g (mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, przyprawy GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Filet w sosie ziołowym 200g (m. drobiowe,, przyprawy, (MLEKO, GLUTEN)) - Ziemniaki 200g - Gotowany burak 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet drobiowy smażony 140g (GLUTEN) - Ziemniaki 200g - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ziemniakami 250g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koperek, mąka pszenna, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Kotlet drobiowy smażony 100g (GLUTEN) - Ziemniaki 100g - Surówka z marchewki 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowo – warzywny 90g	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Rogal maślany 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Ser żółty 40g (mleko, subst. kons. - lizozym (z jaj) (MLEKO, JAJA)) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka szkolna 40g (m. wieprzowe, sk			

JADŁOSPIS RADOWSKO 16.04.2025– Środa

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Zacierki na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; 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. <u>pszenna</u> (GLUTEN)) - Masło 20g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydroлизat 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; (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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Zacierki na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 80g (ser twarogowy, rzodkiewka, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Ogórek 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką szkolną (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Gruszka 200g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Gruszka 200g	Bułka maślana 60g, dżem 30g (GLUTEN) Gruszka 200g
Obiad	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Pulpet w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Pulpet w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Surówka colesław 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa grysikowa 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpet w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Pulpet w sosie szpinakowym 200g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 200g - Surówka colesław 150g - Kompot 250ml	- Zupa ogórkowa 250g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, ogórki, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Pulpet w sosie szpinakowym 120g (m. drobiowe, przyprawy, pietruszka, mąka (GLUTEN, SOJA)) - Ziemniaki 100g - Surówka colesław 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek homogenizowany owocowy 150g (ser twarogowy, śmietanka, cukier, aromat (MLEKO))	Serek wiejski 200g (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))
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; 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. <u>pszenna</u> , GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka wieśniowa 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydroлизat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; 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. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 80g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Ciasteczka żytnie 50 g (GLUTEN)	Ciasteczka żytnie 50 g (GLUTEN)	Pomarańcza 1 szt. (min.200g)	Ciasteczka żytnie 50 g (GLUTEN)	Ciasteczka żytnie 50 g (GLUTEN)	Ciasteczka żytnie 50 g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2412 kcal; B: 103,14 g; T: 82,91 g, w tym Tł. nasycone: 34,31 g; W: 321,54 g, w tym cukry 320,88 g; Błonnik: 24,76 g, Sól: 6,99 g;

JADŁOSPIS RADOMSKO 17.04.2025 – Czwartek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (AJAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka drobiowa 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	-Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (AJAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (AJAJA, GLUTEN, - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (AJAJA, GLUTEN, - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza manna na mleku 200g (GLUTEN,MLEKO) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok owocowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wiśniową (20g), 3 plasterkami ogórka (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok warzywny 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO) - Jabłko 200g - Kompot 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO) - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO) - Jabłko 200g - Kompot b/c 250ml	- Zupa ziemniaczana z mięsem drobiowym 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, m. drobiowe, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (SELER)) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO) - Banan 200g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO, MLEKO)) (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO) - Pierogi z serem i szpinakiem 300g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 50g (jog. (MLEKO) - Jabłko 200g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 250g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER,GLUTEN,SOJA,MLEKO) - Pierogi z serem i szpinakiem 200g (GLUTEN, AJAJA, MLEKO) - Polewa jogurtowa 30g (jog. (MLEKO) - Jabłko 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)	Mus owocowo – warzywny 90g	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)	Drożdżówka z serem 80g (GLUTEN, MLEKO, AJAJA)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Szynka gotowana extra 20g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolyzat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) -- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) --- Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Papryka 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m.graham; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, AJAJA, SELER) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Papryka 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Baton zbożowy 80g (GLUTEN)	Baton zbożowy 80g (GLUTEN)	Budyń czekoladowy b/c 200ml (MLEKO)	Budyń czekoladowy b/c 200ml (MLEKO)	Baton zbożowy 80g (GLUTEN)	Baton zbożowy 80g (GLUTEN)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2472 kcal; B: 109,36 g; T: 92,84 g, w tym Tł. nasycone: 44,57 g; W: 359,06 g, w tym cukry 195,68 g; Błonnik: 24,79 g, Sól: 8,49 g

JADŁOSPIS RADOMSKO 18.04.2025 – Piątek

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKSTRAWNA	DIETA CUKRYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Ogórek 80g - jogurt naturalny 150g (MLEKO) – pacjenci bez dodatków - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (ML8KO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki orkiszowe na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Masło orzechowe 40g (ORZECYH) - Ogórek 80g - herbata b/c 250ml	- Kakao na mleku 250ml (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Ser biały 110g (MLEKO) - Dżem 40g - Ogórek 80g - herbata 250ml	- Płatki kukurydziane na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Ser biały 60g (MLEKO) - Dżem 20g - Ogórek 80g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mus owocowy 90g	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką wieśniową (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Mus owocowy 90g	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, serem żółtym (20g), 3 plasterkami papryki (MLEKO, GLUTEN) Mus owocowy - warzywny 90g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Mus owocowy 90g
Obiad	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w sosie jogurtowo - zielowym 200g (f.miruny, , przyprawy (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchewka, kalafior) 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z miruny w sosie jogurtowo - zielowym 200g (f.miruny, , przyprawy (RYBA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Gotowany bukiet warzyw (marchewka, kalafior) 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 400g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa kalafiorowa 250g (bulion drobiowy, kasza jęczmienna, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (GLUTEN, SELER)) - Filet z mintaja panierowany w bułce 140g (f.miruny, jaja, bułka tarta, m. pszenna, przyprawy, mleko (RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO)) - Ziemniaki 100g - Surówka z selera 100g - Kompot 250ml
Podwieczorek	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Jogurt Bakoma 7 zbóż 150g (mleko, cukier, białka mleka, aromat, pektyny (MLEKO))	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)	Muffina jasna 60g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobka kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80 g - herbata 250ml	- Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta z groszku 120g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Rzodkiewka 60g - Sałata 20g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 80g (jaja, , jogurt, szczypior (JAJA, MLEKO)) - Rzodkiewka 50g - Sałata 10g - herbata 250ml
Posilek nocny	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Mus owocowy – warzywny 90g	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Drożdżówka z jabłkiem 80g (GLUTEN, MLEKO, JAJA)	Droż

Jadłospis RADOMSKO 19.04.2025 – Sobota

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Makaron razowy na wywarze 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata b/c 250ml	- Kasza jaglana na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 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 miodowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 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) - Ogórek kiszony 80g - herbata 250ml	- Płatki miodowe na mleku 200g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka 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)) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Ogórek kiszony 60g - herbata 250ml
II śniadanie	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Kajzerka z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka graham z masłem (5g), liściem sałaty, szynką drobiową (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok pomidorowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml	Bułka maślana 60g (GLUTEN), dżem 30g Sok owocowy 200ml
Obiad	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Schab w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO) - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Schab w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (GLUTEN, MLEKO)) - Schab w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO) - Kompot b/c 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Schab w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Gotowana kukinia 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gulasz w sosie pieczeniowym 200g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 200g - Surówka z kapusty pekińskiej 150g (MLEKO) - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 250g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Gulasz w sosie pieczeniowym 140g (m. wieprzowe, mąka pszenna, bulion, przyprawy (GLUTEN)) - Kasza gryczana 100g - Surówka z kapusty pekińskiej 100g (MLEKO) - Kompot 250ml
Podwieczorek	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN)	Jabłko 200g	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN)	Bułka cynamonowa 80g (GLUTEN)
Kolacja	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo pszenne 100g (m. <u>pszenna</u>, GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - 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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata b/c 250ml	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Sałatka śledziowa 120g (śledzie, ogórek kiszony, jogurt naturalny, groszek zielony) (MLEKO) - Pomidor 80g - herbata 250mlBaton zbożowy 1 szt. (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	- Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - 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)) - Pomidor 80g - herbata 250ml	- Pieczywo mieszane 60g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 15g (MLEKO) - Filet specjal 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER)) - Pomidor 60g - herbata 250ml
Posilek nocny	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Galaretka owocowa 200ml	Serek wiejski 200g (MLEKO)	Serek wiejski 200g (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2254 kcal; B: 80,25 g; T: 77,66 g, w tym Tł. nasycone: 33,32 g; W: 251,39 g, w tym cukry 122,74 g; Błonnik: 13,91 g, Sól: 5,35 g;

Jadłospis RADOMSKO 20.04.2025 Niedziela

	DIETA OGÓLNA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA CUKRZYCOWA	ZPO	DIETA DLA DZIECI 4-18	DIETA DLA DZIECI 1-3
Śniadanie	- Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 100g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>; GLUTEN) - Masło 20g (MLEKO) - Szynka Podkomorzy 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Jajko 1 szt. (JAJA) - Papryka 80g 					