

JADŁOSPIS: 10.12.2023

Dieta	Śniadanie – 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	Kolacja II	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślinne 15g szynka soltysówka 50g , rzodkiewka 3szt, płatki żytnie (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,		Zupa zacierkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), filet z indyka gotowany w sosie jarzynowym 110g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, marchew got.200g (gluten, mleko), kompot owocowy 200g,	ciasto 80g (gluten, jajka)	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślinne 15g, dżem 50g, twarożek 50g (mleko), jabłko 150g, herbata 200g,	Chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło 10g, wędlina drobiowa 30g (mleko, seler, soja), sałata 1 listek 10g,	Energia:2380kcal Białko: 110g Tłuszcz 80g Węglowodany:292g Cukry:103g Błonnik:45g Tłuszcze nasycone:36g sól:8,25g sód: 3330mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślinne 15g szynka soltysówka 50g , rzodkiewka 3szt, płatki żytnie (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło roślinne 15g, humus 30g, papryka 1/5 30g, herbata z cytryną 200g,	Zupa zacierkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), filet z indyka gotowany w sosie jarzynowym 110g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, marchew got.200g (gluten, mleko), kompot owocowy 200g,	ciasto 80g (gluten, jajka)	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślinne 15g, dżem 25g, twarożek 30g (mleko), jabłko 150g, herbata 200g,	Chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło 10g, wędlina drobiowa 30g (mleko, seler, soja), sałata 1 listek 10g,	Energia:2550kcal Białko: 117g Tłuszcz 110g Węglowodany:310g Cukry:108g Błonnik:46g Tłuszcze nasycone:41g sól:7,75g sód: 3100mg
Podstawowa z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roślinne 15g szynka soltysówka 50g , rzodkiewka 3szt, płatki żytnie (gluten) na mleku 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka – chleb razowy 50g (gluten), masło roślinne 15g, humus 30g, papryka 1/5 30g, herbata z cytryną b/c 200g,	Zupa zacierkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), filet z indyka gotowany w sosie jarzynowym 110g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, marchew got.200g (gluten, mleko), kompot owocowy 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślinne 15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), twarożek 50g (mleko), jabłko 150g, herbata b/c 200g,	Chir. wew. Kromka chleba razowego 30g, Masło roślinne 10g, Jogurt owocowy b/c 1szt (mleko)	Energia:2380kcal Białko: 117g Tłuszcz 83g Węglowodany:270g Cukry:82g Błonnik:50g Tłuszcze nasycone:40g sól:6,25g sód: 2560mg
Lekkostrawna (W/T) z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślinne 15g szynka soltysówka 50g , sałata 2 listki 10g, zupa warzywna (seler, mleko) 350g, herbata 200g,	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślinne 10g, dżem 50g, herbata	Zupa zacierkowa z ziemniakami 400g (seler), filet z indyka gotowany w sosie jarzynowym 110g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, marchew got.200g (gluten, mleko), kompot owocowy 200g,	ciasto 80g (gluten, jajka)	Kajzerka 100g 2szt (gluten) masło roślinne 15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), twarożek 50g (mleko), pomidor 1/2 b/skórki 80g, herbata 200g,	Jogurt owocowy b/c 1szt 150g (mleko)	Energia:2140kcal Białko: 88g Tłuszcz 64g Węglowodany:295g Cukry:80g Błonnik:26g Tłuszcze nasycone:32g sól:6,25g sód: 2560mg

			0
--	--	--	---