

JADŁOSPIS: 12.12.2023

dieta	Śniadanie - 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja-20.00
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, połudwica sopocka 50g (soja), ogórek zielony ¼ 60g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, Herbata 200g,		Zupa koperkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), kasza kuskus got.180g (gluten) , kurczak w sosie białym z groszkiem 120g (seler, mleko, gluten), buraki got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g	banan 120g	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten) , masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, soja, seler), pasta rybna 60g (jajka, mleko) , pomidor ½ szt 80g, sałata 1 listek 5g, herbata 200g,	Jogurt owocowy 250g (mleko) Energia:2580 kcal Białko: 135g Tłuszcz:72g Węglowodany:330g Cukry:117g Błonnik:46g Tłuszcze nasycone 31g sól:8,25g sód: 3260mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, połudwica sopocka 50g (soja), ogórek zielony ¼ 60g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, Herbata 200g,	Kanapka – 1 kromka chleba 25g (gluten), masło roślin. 10g, serek do smarowania 30g (mleko) , rzodkiewka 3szt, herbata 200g,	Zupa koperkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), kasza kuskus got.180g (gluten) , kurczak w sosie białym z groszkiem 120g (seler, mleko, gluten), buraki got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g	banan 120g	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten) , masło roślin.15g, wędlina drobiowa 30g (mleko, soja, seler), pasta rybna 30g (jajka, mleko) , pomidor ½ szt 80g, sałata 1 listek 5g, herbata 200g,	Jogurt owocowy 250g (mleko) Energia:2600kcal Białko: 130g Tłuszcz 88g Węglowodany:320g Cukry 106g Błonnik:44g Tłuszcze nasycone:42g sól:7,75g sód: 3150mg
Podstawowa z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, połudwica sopocka 50g (soja), ogórek zielony ¼ 60g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, Herbata b/c 200g,	Kanapka – chleb razowy 50g (gluten), masło roślin. 10g, serek do smarowania 30g (mleko), rzodkiewka 3szt, herbata 200g,	Zupa koperkowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), kasza kuskus got.180g (gluten) , kurczak w sosie białym z groszkiem 120g (seler, mleko, gluten), buraki got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy b/c 200g		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, soja, seler), pasta rybna 60g (jajka, mleko), pomidor ½ szt 80g, sałata 1 listek 5g, herbata 200g,	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g (gluten) , Masło roślin. 10g, Jogurt owocowy b/c 250g (mleko) Energia:2869kcal Białko: 140g Tłuszcz 100g Węglowodany:330g Cukry 91g Błonnik:54g Tłuszcze nasycone:44g sól:7,75g sód: 3150mg
Lekkostrawna (W/T) z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, połudwica sopocka 50g (soja), pomidor 1szt 120g b/skórki , zupa warzywna 350g (seler, mleko), herbata 200g,	Kajzerka 50g 1szt (gluten) , masło roślin. 10g, dżem 50g Herbata,	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (seler, mleko) , kasza kuskus got. 180G (gluten), kurczak w sosie białym 120g (seler, gluten), buraki got.200g (gluten mleko), kompot jabłkowy 200g	banan 120g	Kajzerka 100g 2szt (gluten), masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), ser biały 50g (mleko) , pomidor 140g 1szt b/s, herbata 200g	jogurt owocowy 250g (mleko) Energia:2500kcal Białko: 114g Tłuszcz 69g Węglowodany:340g Cukry:112 Błonnik:36g Tłuszcze nasycone:32g sól:7,5g sód: 3000mg