

JADŁOSPIS: 13.12.2023

dieta	Śniadanie - 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – godz. 13	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja-20.00	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roś 15g, ser żółty 50g (mleko), pomidor 70g ½ szt ryż na mleku 350g, Herbata 200g,		Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), pierogi leniwe z masłem I cukrem 300g (mleko, gluten, jajka), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), serek topiony 33g (mleko), sałata 5g 1 listek, rzodkiewka 3 szt 30g, herbata 200g,	jogurt owocowy125g 1szt (mleko)	Energia:2600 kcal Białko:125g Tłuszcz 83g Węglowodany:332g Cukry:84g Błonnik 32g Tłuszcze nasycone:42g sól:6,25 g sód: 2,5 g
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roś 15g, ser żółty 50g (mleko), pomidor 70g ½ szt ryż na mleku 350g, Herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 1 kromka 25g (gluten) masło roś 10g, wędlna drobiowa 30g (mleko, seler, soja), papryka 1/5 30g, herbata z cytryną 200g,	Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), pierogi leniwe z masłem I cukrem 300g (mleko, gluten, jajka), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 30g (mleko), serek topiony 33g (mleko), sałata 5g 1 listek, rzodkiewka 3 szt 30g, herbata 200g,	jogurt owocowy125g 1szt (mleko)	Energia:2700kcal Białko: 125g Tłuszcz 90g Węglowodany:340g Cukry:125g Błonnik:32g Tłuszcze nasycone:47g sól:7g sód: 3300mg
Podstawowa Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten) masło roś 15g, ser żółty 50g (mleko), pomidor 70g ½ szt ryż na mleku 350g, herbata bez cukru 200g,	Kanapka - chleb razowy 50g (gluten) Masło roś 10g, wędlna drobiowa 30g (mleko, seler, soja), papryka 1/5 30g, herbata z cytryną b/c 200g,	Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), pierogi leniwe z masłem 300g (mleko, gluten, jajka), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), serek topiony 33g (mleko), sałata 5g 1 listek, rzodkiewka 3 szt 30g, herbata 200g,	Chir Wew Kromka Chleba razowego 30g (gluten), Masło rośl. 10G, Jogurt naturalny 150g 1szt (mleko)	Energia:2800kcal Białko: 130g Tłuszcz 103g Węglowodany:320g Cukry:78g Błonnik:42g Tłuszcze nasycone:54g sól:7,5g sód: 3010mg
Lekkostrawna (W/T) Z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło rośl.15g, wędlna drobiowa 50g (mleko, seler, soja), pomidor 70g ½ szt b/skórki, zupa warzywna z ryżem 350g (seler, mleko), herbata 200g	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roś. 10g, miód 1szt 25g, Herbata 200g,	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, szynka got.w sosie jarzynowym 110g (seler, gluten), marchew got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Kajzerka 100g 2szt (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), dzem 25g, sałata 20g 4 listki, Herbata 200g	jogurt owocowy125g 1szt (mleko)	Energia:2370kcal Białko: 96g Tłuszcz 70g Węglowodany 327g Cukry:78g Błonnik:37g Tłuszcze nasycone:37g sól: 6,75g sód:2700mg