

JADŁOSPIS: 20.12.2023

dieta	Śniadanie - 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja – godz.20	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roś 15g, parówki z szynki 2szt 70g, pomidor ½ 70g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, herbata 200g		Zupa brokułowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), naleśniki z serem I truskawkmi 350g (gluten, mleko, jajka), kompot jabłkowy 200g,	owoc	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), ser żółty 50g (mleko), rzodkiewka 3 szt 30g, sałata 5g 1 listek, herbata 200g,	serek wiejski 200g (mleko)	Energia:2470kcal Białko:132g Tłuszcz88g Węglowodany:375g Cukry 85g Błonnik29g Tłuszcze nasycone:41g sól:9,25g sól: 3700mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roś 15g, parówki z szynki 2szt 70g, pomidor ½ 70g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, herbata 200g	Kanapka - chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten) masłem roś 10g, humus 30g, papryka 1/5 30g, herbata z cytryną 200g,	Zupa brokułowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), naleśniki z serem I truskawkmi 350g (gluten, mleko, jajka), kompot jabłkowy 200g,	owoc	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 30g (mleko), ser żółty 30g (mleko), rzodkiewka 3 szt 30g, sałata 5g 1 listek, herbata 200g,	serek wiejski 200g (mleko)	Energia:2620kcal Białko:125g Tłuszcz 97g Węglowodany:300g Cukry 91g Błonnik:33g Tłuszcze nasycone:42g sól:9 g sól: 3500mg
Podstawowa Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roś 15g, parówki z szynki 2szt 70g, pomidor ½ 70g, płatki owsiane (gluten) na mleku 350g, herbata b/c 200g	Kanapka - chleb razowy 50g (gluten), masłem roś 10g, humus 30g, papryka 1/5 30g, herbata z cytryną b/c 200g,	Zupa brokułowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), naleśniki z serem I truskawkmi b/c 350g (gluten, mleko, jajka), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), ser żółty 50g (mleko), rzodkiewka 3 szt 30g, sałata 5g 1 listek, herbata b/c 200g,	Chir Wew Kromka Chleba razowego 30g, Masło rośl. 10g, Serek wiejski 200g (mleko),	Energia:2640kcal Białko 135g Tłuszcz 108g Węglowodany:263g Cukry 61g Błonnik:36g Tłuszcze nasycone:47g sól:10g sól: 4000mg
Lekkostrawna (W/T) Z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło rośl.15g, ser biały 50g, pomidor b/s 70g, zupa warzywna 350g (seler, mleko), herbata 200g	Kanapka 50g 1 szt (gluten), masło roś. 10g., dzem 50g, herbata,	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (sier, mleko), szynka got. w sosie jarzynowym 110g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, marchew got.200g (gluten, mleko) kompot jabłkowy 200g,	kisiel 250g	Kajzerka 100g 2szt (gluten), masło rośl.15g, schab pieczony 50g (mleko), miód 25g, sałata 20g 4 listki, herbata 200g,	serek wiejski 200g (mleko)	Energia:2210kcal Białko: 104g Tłuszcz 73g Węglowodany:270g Cukry 89g Błonnik:33g Tłuszcze nasycone:35g sól:7g sól: 2830mg