

JADŁOSPIS:

22.12.2023

dieta	Śniadanie - 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja-20.00	
<b>Podstawowa</b>	Kajzerka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), pomidor ½ szt 80g, płatki orkiszowe ( <b>gluten</b> ) na mleku 350g, herbata 200g,		Zupa jarzynowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g ( <b>seler</b> , <b>mleko, gluten</b> ), kasza bulgur z serkiem homogenizowanym 300g ( <b>mleko, gluten</b> ), kompot jabłkowy 200g,	jabłko	Chleb pszenny 70g 3 kromki ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, szynka sołtysówka 50g, twarożek 50g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ 40g, sałata 5g 1listek, Herbata 200g,	jogurt owocowy 250g ( <b>mleko</b> )	Energia:2380kcal Białko: 112g Tłuszcz 70g Węglowodany:308g Cukry 80g Błonnik:45g Tłuszcze nasycone:34g sól:5,25g sól: 2010mg
<b>Podstawowa</b> oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), pomidor ½ szt 80g, płatki orkiszowe ( <b>gluten</b> ) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka - chleb pszenny 25g 1 kromka ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 10g, schab pieczony 30g ( <b>mleko</b> ), ogórek zielony 1/6 30g, herbata z cytryną 200g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g ( <b>seler</b> , <b>mleko, gluten</b> ), kasza bulgur z serkiem homogenizowanym 300g ( <b>mleko, gluten</b> ), kompot jabłkowy 200g,	jabłko	Chleb pszenny 45g 2 kromki ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, szynka sołtysówka 30g, twarożek 30g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ 40g, sałata 5g 1listek, Herbata 200g,	jogurt owocowy 250g ( <b>mleko</b> )	Energia:2500kcal Białko: 113g Tłuszcz 81g Węglowodany:313g Cukry 45g Błonnik:45g Tłuszcze nasycone:40g sól:5 g sól: 2000mg
<b>Podstawowa</b> Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, ser żółty 50g ( <b>mleko</b> ), pomidor ½ szt 80g, płatki orkiszowe ( <b>gluten</b> ) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb razowy 50g ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 10g, schab pieczony 30g ( <b>mleko</b> ), ogórek zielony 1/6 30g, herbata z cytryną 200g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g ( <b>seler</b> , <b>mleko, gluten</b> ), kasza bulgur z serkiem homogenizowanym b/c 300g ( <b>mleko, gluten</b> ), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3kromki ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 15g, szynka sołtysówka 30g, twarożek 30g ( <b>mleko</b> ), papryka ¼ 40g, sałata 5g 1listek, Herbata 200g,	Chir. Wew.  Kromka chleba razowego 30g ( <b>gluten</b> ), Masło roślin. 10g, Jogurt owocowy 250g ( <b>gluten</b> )	Energia:2650kcal Białko: 125g Tłuszcz 93g Węglowodany:303g Cukry 57g Błonnik:51g Tłuszcze nasycone:42g sól:6,5g sól: 2600mg
<b>Lekkostrawna (W/T)</b> z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ) masło roślin. 15g, wędlina drobiowa 50g ( <b>mleko,seler,soja</b> ), pomidor b/s 1/2szt 80g, zupa warzywna 350g ( <b>seler, mleko</b> ), herbata 200g	Kajzerka 50g 1szt ( <b>gluten</b> ), masło roślin. 10g, dżem 50g, Herbata 200g,	Zupa warzywna z ziemniakami 400g ( <b>seler, mleko</b> ), kasza bulgur got. z jabłkiem ( <b>gluten</b> ) 300g, kompot jabłkowy 200g,	kisiel	Kajzerka 100g 2szt ( <b>gluten</b> ) masło roślin. 15g, szynka sołtysówka 50g, twarożek 50g ( <b>mleko</b> ), sałata 20g 4 listki, herbata 200g,	jogurt owocowy 250g ( <b>mleko</b> )	Energia:2100kcal Białko: 74 Tłuszcz 58g Węglowodany:295g Cukry 87g Błonnik:35g Tłuszcze nasycone:30g sól:5,25 g sól: 2100mg