

JADŁOSPIS:

24.12.2023

dieta	Śniadanie - 8.00	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin. 15g, marmolada 50g, jabłko 150g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,		Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z warzyw 400g (seler, gluten, mleko), ziemniaki got.200g, ryba got.w warzywach 250g (seler, mlego, gluten), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, ser żółty 50g (mleko), pasta warzywna 60g (seler, jajka), sałata 10g 2 listki, herbata 200g,	jogurt owocowy 125g 1szt (mleko)	Energia:2300kcal Białko: 92g Tłuszcz68g Węglowodany:310g Cukry 89g Błonnik:43g Tłuszcze nasycone:33g sól7,5g sól: 3000mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin. 15g, marmolada 50g, jabłko 150g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 1 kromka 25g (gluten), masło roślin. 10g, ser topiony 33g (mleko), rzodkiewka 3szt 30g, herbata z cytryną 200g,	Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z warzyw 400g (seler, gluten, mleko), ziemniaki got.200g, ryba got.w warzywach 250g (seler, mlego, gluten), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślin.15g, ser żółty 30g (mleko), pasta warzywna 30g (seler, jajka), sałata 10g 2 listki, herbata 200g,	jogurt owocowy 125g 1szt (mleko)	Energia:2380kcal Białko: 89g Tłuszcz 81g Węglowodany:313g Cukry 133g Błonnik:43g Tłuszcze nasycone:41g sól:8,25g sól: 3300mg
Podstawowa Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, ser biały 50g (mleko), jabłko 150g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka – chleb razowy 1 50g (gluten), masło roślin. 10G, ser topiony 33g (mleko), rzodkiewka 3szt 30g, herbata z cytryną b/c 200g	Barszcz czerwony z ziemniakami na wyw.z warzyw 400g (seler, gluten, mleko), ziemniaki got.200g, ryba got.w warzywach 250g (seler, mlego, gluten), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin.15 g, ser żółty 50g (mleko), pasta warzywna 60g (seler, jajka), sałata 10g 2 listki, herbata b/c 200g,	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g (gluten) , Masło roślin. 10g, Jogurt owocowy 1szt 150g (mleko),	Energia:2440kcal Białko: 90g Tłuszcz 90g Węglowodany:290g Cukry 118g Błonnik:52g Tłuszcze nasycone:43g sól:9bg sól: 3650mg
Lekkostrawna (W/T) z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), zupa warzywna 350g (seler, mleko), herbata 200g,	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin.10g, miód 1szt 25g, Herbata 200g,	Zupa warzywna z ziemniakamina wy.z warzyw 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, ryba gotowana w warzywach 250g (seler, gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g,	galaretka 150g	Kajzerka 100g 2szt (gluten), masło roślin.15g, dżem 25g, ser biały 50g (mleko), sałata 20g 4 listki, herbata 200g,	jogurt owocowy 125g 1szt (mleko)	Energia:1940kcal Białko: 80g Tłuszcz 56g Węglowodany:272g Cukry 89g Błonnik:24g Tłuszcze nasycone:29g sól:5,75g sól: 2300mg