

JADŁOSPIS:

7.12.2023

dieta	Śniadanie – godz. 8	II Śniadanie – 10.00	Obiad – 13.00	Podwieczorek – 15.00	Kolacja – 17.00	II Kolacja – godz. 20	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, twarożek 50g (mleko), jabłko 1szt 150g, zacierka (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,		Rosół z makaronem z piet ziel. 400g (gluten, seler), kurczak gotowany w sosie jarzynowym 200g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, buraki z marchewką I jabłkiem 200g, kompot owocowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślin. 15g, połudwica sopočka 50g (soja), ser żółty 50g (mleko), pomidor ½ 80g, rzodkiewka 3 szt, herbata 200g,	Jogurt owocowy 125g (mleko)	Energia: 2433kcal Białko: 114g Tłuszcz 75g Węglowodany: 300g Cukry: 110g Błonnik: 32g Tłuszcze nasycone: 32g sól: 7,25g sól: 2900mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, twarożek 50g (mleko), jabłko 1szt 150g, zacierka (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 1 kromka 25g (gluten), masło roślin. 10g, wędlina drobiowa 30g (mleko, seler, soja), sałata 5g, herbata z cytryna 200g,	Rosół z makaronem z piet ziel. 400g (gluten, seler), kurczak gotowany w sosie jarzynowym 200g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, buraki z marchewką I jabłkiem 200g, kompot owocowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślin. 15g, połudwica sopočka 30g (soja), ser żółty 30g (mleko), pomidor ½ 80g, rzodkiewka 3 szt, herbata 200g,	Jogurt owocowy 125g (mleko)	Energia: 2480kcal Białko: 112g Tłuszcz 78g Węglowodany: 305g Cukry: 115g Błonnik: 33g Tłuszcze nasycone: 39g sól: 7,25g sól: 2900mg
Podstawowa z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, twarożek 50g (mleko), jabłko 1szt 150g, zacierka (gluten) na mleku 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka – chleb razowy 50g (gluten), masło roślin. 10g, wędlina drobiowa 30g (mleko, seler, soja), sałata 10g, herbata z cytryna 200g,	Rosół z makaronem z piet ziel. 400g (gluten, seler), kurczak gotowany w sosie jarzynowym 200g (gluten, seler), ziemniaki got. 200g, buraki z marchewką I jabłkiem 200g, kompot owocowy h/c 200g		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin. 15g, połudwica sopočka 50g (soja), ser żółty 50g (mleko), pomidor ½ 80g, rzodkiewka 3 szt, herbata,	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g (gluten), Masło roślin. 10g, Jogurt naturalny 1szt 150g (mleko)	Energia: 2525kcal Białko: 120g Tłuszcz 86g Węglowodany: 280g Cukry: 84g Błonnik: 42g Tłuszcze nasycone: 46g sól: 8,75g sól: 3500mg
Lekkostrawna (W/T) z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, twarożek 50g (mleko), sałata 2 listki 10g., zupa warzywna (seler, mleko) 350g, herbata 200g,	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, miód 1szt, herbata	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (seler, mleko), ziemniaki got. 200g, kurczak gotowany w sosie jarzynowym 200g (gluten, seler), buraki got. 200g, kompot owocowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Kajzerka 100g 2szt (gluten) masło roślin. 15g, połędwica sopočka 50g (soja), dżem 25g, pomidor 1szt b/s 140g, herbata 200g,	Jogurt owocowy 1 szt 125g (mleko)	Energia: 2300kcal Białko: 97g Tłuszcz 67g Węglowodany: 312g Cukry: 84g Błonnik: 36g Tłuszcze nasycone: 33g sól: 6,5g sól: 2500mg