

JADŁOSPIS:

9.12.2023

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, schab pieczony 50g (mleko), sałata 2 listki 20g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata 200g		Zupa jarzynowa ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), risotto z kurczakiem z sosem pomidorowym 250g (seler, gluten), kompot jabłkowy 200g,	jabłko 150g	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślin. 15g, parówka z szynki 1szt ser topiony 50g (mleko) pomidor ½ 80g, ogórek zielony 1/4 50g, herbata 200g	serek wiejski owoc 1szt 150g (mleko)	Energia:2300kcal Białko: 110g Tłuszcz 78g Węglowodany:265g Cukry:78g Błonnik:35g Tłuszcze nasycone:39g sól:7,75g sól: 3130mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin. 15g, schab pieczony 50g (mleko), sałata 2 listki 20g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata 200g	Kanapka – chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło roślin. 15g, pasta z jajek 30g rzodkiewka 2szt 20g, herbata z cytryną 200g.	Zupa jarzynowa ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), risotto z kurczakiem z sosem pomidorowym 250g (seler, gluten), kompot jabłkowy 200g,	jabłko 150g	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślin. 15g, parówka z szynki 1szt ser topiony 50g (mleko) pomidor ½ 80g, ogórek zielony 1/4 50g, herbata 200g	serek wiejski owoc 1szt 150g (mleko)	Energia:2500kcal Białko: 117g Tłuszcz 91g Węglowodany:284g Cukry:83g Błonnik:35g Tłuszcze nasycone:45g sól:8,25g sól: 3330mg
Podstawowa z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roślin. 15g, schab pieczony 50g (mleko), sałata 2 listki 20g, płatki orkiszowe (gluten) na mleku 350g, herbata 200g	Kanapka – chleb razowy 50g (gluten), masło roślin. 15g, pasta z jajek 30g rzodkiewka 2szt 20g, herbata z cytryną 200g,	Zupa jarzynowa ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko, gluten), risotto z kurczakiem z sosem pomidorowym 250g (seler, gluten), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin. 15g, parówka z szynki 1szt ser topiony 50g (mleko) pomidor ½ 80g, ogórek zielony 1/4 50g, herbata 200g	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g, Masło roślin. 10g, Jogurt naturalny 1szt 150g (mleko)	Energia:2500kcal Białko: 106g Tłuszcz 96g Węglowodany:268g Cukry70g Błonnik:42g Tłuszcze nasycone:48g sól:7,5g sól: 3000mg
Lekkostrawna (W/T) z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin. 15g, schab pieczony 50g (mleko), sałata 2 listki 20g, zupa warzywna (seler, mleko) 350g, herbata 200g	Kajzerka 50g 1szt (gluten), masło roślin. 15g, miód 1szt 25g, herbata	Zupa warzywna ziemniakami 400g (seler, mleko), risotto z kurczakiem z koperkowym 250g (seler, gluten), kompot jabłkowy 200g,	budyń 250g (mleko, gluten)	Kajzerka 100g 2szt (gluten), masło roślin. 15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), dżem 25g pomidor 1szt b/s 140g, Herbata 200g	serek wiejski owoc 1szt 150g (mleko)	Energia:2280kcal Białko: 94g Tłuszcz 59g Węglowodany:320g Cukry:85g Błonnik:23g Tłuszcze nasycone30g sól:7,75g sól: 3160mg