

JADŁOSPIS: **30.12.2023**

dieta	Śniadanie – godz. 8	II Śniadanie - godz. 10	Obiad – godz. 13	Podwiecz. - godz.15	Kolacja – godz. 17	II Kolacja	
Podstawowa	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, szynka soltysówka 50g pomidor 4szt 70g, płatki jęczmienne (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,		Zupa z soczewicy z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), makaron z serem I musem truskawkowym 300g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g,	banan	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, parówki z szynki 1 szt, ser żółty 50g (mleko), sałata 5g 1 listek, ogórek zielony 1/6 40g, herbata 200g,	serek wiejski owocowy 150g (mleko)	Energia:2200kcal Białko: 115g Tłuszcz 71g Węglowodany:270g Cukry:86g Błonnik:32g Tłuszcze nasycone:36g sól:6,75 g sól: 2700mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, szynka soltysówka 50g pomidor 4szt 70g, płatki jęczmienne (gluten) na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło roślin. 10G, jajko got.1szt 50g, rzodkiewka 3szt 30g, herbata z cytryną 200g,	Zupa z soczewicy z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), makaron z serem I musem truskawkowym 300g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g,	banan	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślin.15g, parówki z szynki 1 szt, ser żółty 30g (mleko), sałata 5g 1 listek, ogórek zielony 1/6 40g, herbata 200g,	serek wiejski owocowy150g (mleko)	Energia:24500kcal Białko: 120g Tłuszcz 84g Węglowodany:270g Cukry:92g Błonnik:33g Tłuszcze nasycone:43g sól:7g sól: 3300mg
Podstawowa Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten), masło roślin.15g, szynka soltysówka 50g pomidor 4szt 70g, płatki jęczmienne (gluten) na mleku 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka - chleb razowy 50g (gluten), masło roślin.10g, jajko got.1 szt 50g, rzodkiewka 3szt 30g, herbata b/c z cytryną 200g,	Zupa z soczewicy z ziemniakami na wyw.z drobiu 400g (seler), makaron z serem I musem truskawkowym b/c 300g (gluten, mleko), kompot jabłkowy b/c 200g,		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, parówki z szynki 1 szt, ser żółty 50g (mleko), sałata 5g 1 listek, ogórek zielony 1/6 40g, herbata b/c 200g,	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g (gluten), Masło roślin. 10g, Jogurt naturalny 1szt 150g (mleko)	Energia:2400kcal Białko: 112g Tłuszcz 94g Węglowodany:260g Cukry:53g Błonnik:46g Tłuszcze nasycone:45g sól:7,25g sól:2900g
Lekkostrawna (W/T) Z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, szynka soltysówka 50g, pomidor 4 szt b/s 70g, zupa warzywna 350g (seler , mleko), herbata 200g	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin 10g, dżem 50g, Herbata 200g	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, gulasz z szynki 110g (seler, gluten), marchew got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g,	banan	Kajzerka 100g 2szt (gluten) masło roślin. 15g, wędlina drobiowa 50g (mleko , seler, soja), miód 25g, sałata 20g 4 listki, herbata 200g	Serek wiejski owocowy 150g (mleko)	Energia:2500kcal Białko: 111g Tłuszcz 60g Węglowodany:360g Cukry:115g Błonnik:38g Tłuszcze nasycone:29g sól:7g sól: 3200mg