

JADŁOSPIS:

31.12.2023

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, kielbasa szynkowa 50g, papryka ¼ 40g, ryż na mleku 350g, herbata 200g,		Zupa z fasolki szparagowej z na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, pulpet drobiowy w sosie jarzynowym 110g (seler, gluten), sałata z jogurtem 80g (mleko), kompot jabłkowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Chleb pszenny 70g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko,seler, soja), pasta warzywna 60g (jajka), ogórek zielony ¼ 60g, herbata 200g	jogurt owocowy b/c 1szt 150g (mleko)	Energia:2100kcal Białko: 102g Tłuszcz 60g Węglowodany:273g Cukry: 90g Błonnik:34g Tłuszcze nasycone:28g sól:6,75g sól: 2700mg
Podstawowa oddział dziecięcy	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, kielbasa szynkowa 50g, papryka ¼ 40g, ryż na mleku 350g, herbata 200g,	Kanapka – chleb pszenny 25g 1 kromka (gluten), masło roślin 10g, ser topiony 33g (mleko), pomidor , herbata z cytryną 200g.	Zupa z fasolki szparagowej z na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, pulpet drobiowy w sosie jarzynowym 110g (seler, gluten), marchew got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Chleb pszenny 45g 2 kromki (gluten), masło roślin.15g, wędlina drobiowa 30g (mleko,seler, soja), pasta warzywna 30g (jajka), ogórek zielony ¼ 60g, herbata 200g	jogurt owocowy b/c 1szt 150g (mleko)	Energia:2400kcal Białko: 103g Tłuszcz 77g Węglowodany:303g Cukry:125g Błonnik:32g Tłuszcze nasycone:47g sól:7g sól: 3300mg
Podstawowa Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych	Grahamka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, kielbasa szynkowa 50g, papryka ¼ 40g, ryż na mleku 350g, herbata b/c 200g,	Kanapka - chleb razowy 50g (gluten), masło roślin 10g, ser topiony 33g (mleko), pomidor herbata z cytryną b/c 200g	Zupa z fasolki szparagowej z na wyw.z drobiu 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, pulpet drobiowy w sosie jarzynowym 110g (seler, gluten), sałata z jogurtem 80g (mleko), kompot jabłkowy b/c 200g		Chleb razowy 90g 3 kromki (gluten), masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko,seler, soja), pasta warzywna 60g (jajka), ogórek zielony ¼ 60g, herbata b/c 200g	Chir. Wew. Kromka chleba razowego 30g (gluten), Masło roślin. 10g, jogurt owocowy b/c 1szt 150g (mleko),	Energia:2200kcal Białko: 103g Tłuszcz 82g Węglowodany:250g Cukry:60g Błonnik:40g Tłuszcze nasycone:40g sól 8,25 g sól: 3300mg
Lekkostrawna (W/T) Z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin.15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), pomidor 4szt 40g b/s, zupa warzywna 350g (seler, mleko), herbata 200g	Kajzerka 50g 1szt (gluten) masło roślin 10g, miód 25g, herbata	Zupa warzywna z ziemniakami 400g (seler, mleko), ziemniaki got.200g, pulpet drobiowy w sosie jarzynowym 110g (seler, gluten), buraki got.200g (gluten, mleko), kompot jabłkowy 200g	ciastka 50g (gluten, mleko)	Kajzerka 100g 2szt (gluten) masło roślin. 15g, wędlina drobiowa 50g (mleko, seler, soja), dżem 25g, sałata 20g 4 listki, herbata 200g,	jogurt owocowy b/c 1szt 150g (mleko)	Energia:2200kcal Białko: 85g Tłuszcz 67g Węglowodany:320g Cukry:108g Błonnik:33g Tłuszcze nasycone:33g sól:8 g sól: 3200mg