

JADŁOSPIS 30.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE,) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 500 ml (MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Ser żółty 30 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g (RYB, SEL,) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 60 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 5 g (MLE,) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 15 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2122.77 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; W tym cukry: 55.72 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.58 g; WW: 29.01 Por;	Wartość energetyczna: 2245.86 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 4.81 g; WW: 32.66 Por;	Wartość energetyczna: 2237.46 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 41.94 g; Sól: 9.60 g; WW: 30.34 Por;

JADŁOSPIS 31.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Chrzan ze śmietaną 20 g (MLE, S02,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE, S02,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE,)	Ziemniaczana * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Żurek z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Cwikła z chrzanem () 100 g (MLE, S02,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE,)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Sałatka jarzynowa - dieta z szynką dr/wp (). 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Sałatka jarzynowa - dieta z szynką dr/wp (). 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Sałatka jarzynowa - dieta z szynką dr/wp (). 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU OW,) Sałata zielona 20 g
PN	Mandarynka 2 szt			
	Wartość energetyczna: 2427.26 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 369.38 g; W tym cukry: 93.21 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 8.37 g; WW: 33.53 Por;	Wartość energetyczna: 2437.32 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 378.58 g; W tym cukry: 65.63 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 6.49 g; WW: 35.44 Por;	Wartość energetyczna: 2204.44 kcal; Białko ogółem: 94.43 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; W tym cukry: 70.97 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sól: 8.04 g; WW: 29.93 Por;	

JADŁOSPIS 1.04.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-04-01 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE,) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE,) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE,) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml (MLE,)
	Obiad	Rosół z makaronem * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Makowiec japoński (1 porcja) 1 Por (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Rosół z makaronem * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Ser wędzony 50 g (MLE,) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 30 g (SOJ, SEL, GOR,) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,) Ser wędzony 50 g (MLE,) Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 5 g (MLE,) Szyunka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 15 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 3574.63 kcal; Białko ogółem: 139.70 g; Tłuszcz: 147.73 g; Kw. tł. nasy.: 46.09 g; Węglowodany ogółem: 431.41 g; W tym cukry: 131.85 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 9.21 g; WW: 39.26 Por;	Wartość energetyczna: 2557.01 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 86.35 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.06 g; WW: 30.92 Por;	Wartość energetyczna: 2646.86 kcal; Białko ogółem: 137.97 g; Tłuszcz: 105.46 g; Kw. tł. nasy.: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; W tym cukry: 40.13 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sól: 9.75 g; WW: 25.96 Por;	

JADŁOSPIS 2.04.2023 r.

RAB- Uzdr. Podstawowa		RAB- Uzdr. Łatwo strawna	RAB- Uzdr. Cukrzycowa	
2024-04-02 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (SEL,) Kakao/p 250 ml (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (SEL,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Pomidor 80 g Kakao/p 250 ml (MLE,) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 80 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Mandarynka 2 szt	
	Obiad	Grycikowa * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószane () 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa * 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g
	PN	Mandarynka 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 5 g (MLE,) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (SOJ,) Sałata zielona 5 g	
		Wartość energetyczna: 2021.74 kcal; Białko ogółem: 74.14 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 289.89 g; W tym cukry: 60.72 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 10.86 g; WW: 26.21 Por;	Wartość energetyczna: 2006.34 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.18 g; WW: 28.98 Por;	Wartość energetyczna: 2062.25 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 305.16 g; W tym cukry: 37.89 g; Błonnik pok.: 35.23 g; Sól: 11.26 g; WW: 26.88 Por;

JADŁOSPIS 03.04.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-04-03 środa	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p 250 ml (MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 80 g (MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p 250 ml (MLE,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 80 g (MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 250 ml (MLE,)
	II SN			Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp* 350 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 500 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 350 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Papryka konserwowa 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Pasta warzywna* 50 g (SEL,) Pomidor 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Papryka konserwowa 50 g
	PN	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt (MLE,)
		Wartość energetyczna: 2840.06 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 45.49 g; Węglowodany ogółem: 392.28 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 7.86 g; WW: 36.24 Por;	Wartość energetyczna: 2603.76 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 76.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 387.41 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 17.53 g; Sól: 5.89 g; WW: 37.20 Por;	Wartość energetyczna: 2363.06 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 81.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; W tym cukry: 31.04 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 8.10 g; WW: 28.84 Por;

JADŁOSPIS 04.04.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 g (GLUPSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku/p 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szyunka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad			
	PD			
	Kolacja			
	PN			

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy:
włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.
1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,