

JADŁOSPIS 10.04.2024 r.

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-10 środa	Dieta Podstawowa	<p>Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Paszтет z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR)</p>		<p>Kompot owocowy z/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Brokuł gotowany 100 g</p>		<p>Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Sałata zielona 20 g Rzodkiewka 80 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)</p>	<p>Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172,6 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 311,1 suma cukrów prostych [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sód [mg] 1 014,9 Sól [g] 4</p>
	Dieta Intensywna	<p>Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Roszponka 20 g</p>		<p>Kompot owocowy z/c 250 ml Grysikowa 500 g (SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 100 g</p>		<p>Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)</p>	<p>Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182,9 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 332,1 suma cukrów prostych [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sód [mg] 1 365,6 Sól [g] 4,4</p>

JADŁOSPIS 10.04.2024 r.

2024-04-10 środa	Dieta Cukrzycowa	<p>Chleb graham 100 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Filet pieczony z indyka, wędzonka drobiowa filet 40 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Pasztet z soczewicy 70 g (GLU, JAJ, GOR)</p>	<p>Maślanka naturalna 150 ml (MLE)</p>	<p>Kompot owocowy b/c 250 ml Kapuśniak z kapusty kiszonej 500 g (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem i szpinakiem 300 g (MLE) Brokuł gotowany 100 g</p>	<p>Pomarańcza 1 szt</p>	<p>Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g (MLE) Rzodkiewka 80 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)</p>	<p>Sucha z fileta, kiełbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g Chleb graham 40 g (GLU) Masło 83% 5 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,4 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 289,6 suma cukrów prostych [g] 65,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Sód [mg] 1 810 Sól [g] 5,4</p>
------------------	------------------	--	---	--	-------------------------	---	--	---

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,