

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	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)		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		Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Rzodkiewka 100 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)	Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [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 Sól [g] 4
	Dieta łatwostrawna	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 Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ)		Kompot owocowy z/c 250 ml Grycikowa 500 g (SEL) Makaron z kurczakiem i szpinakiem 300 g (GLU, MLE) Brokuł gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 83% 15 g (MLE) Pomidor 100 g Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g (MLE) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Rogal drożdżowy z marmoladą 1 szt (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [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 Sól [g] 4,4

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 Paszтет 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>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 100 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)</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 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,