

JADŁOSPIS 2.05.2024 r..

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-02 czwartek	Dieta Podstawowa	Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Ser wędzony 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pasta z szynki drobiowej z dodatkiem warzyw 70 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> )	Fasolowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z indykiem gotowanym i szpinakiem 300 g ( <b>MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Paszтет z ciecierzycy 70 g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Papryka konserwowa 80 g Rukola 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 018,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 106,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 24,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 280,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 47,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 40,5 <b>Sól</b> [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna	Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pasta z szynki drobiowej z dodatkiem warzyw 70 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Kalafiorowa z ziemniakami 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron z indykiem gotowanym i szpinakiem 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Pasta z twarogu i koperkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 811,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 98,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 39,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 19,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 271,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 51 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,4 <b>Sól</b> [g] 5,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Ser wędzony 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pasta z szynki drobiowej z dodatkiem warzyw 70 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 30 g	Fasolowa z ziemniakami 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z indykiem gotowanym i szpinakiem 300 g ( <b>MLE</b> ) Mieszanka królewska gotowana 200 g Kompot z owoców b/c 250 ml	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z ciecierzycy 70 g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ) Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 40 g Papryka konserwowa 80 g Rukola 20 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt

JADŁOSPIS 3.05.2024 r.

2024-05-03 piątek	Dieta Podstawowa	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Miód 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Morszczuk smażony w cieście z cytryną 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jajek z pietruszką 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Południca Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 273,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 28,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 342,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 83,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37 <b>Sól</b> [g] 3,8
	Dieta łatwastrawna	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z zacierką 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> ) Miód 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Koperkowa z ryżem 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku - dieta 200 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z jajek z pietruszką - dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Południca Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 126,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 50,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 24 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 342,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 77,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,7 <b>Sól</b> [g] 4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Serek maślany do smarowania 20 g ( <b>MLE</b> )	Koperkowa z ryżem brązowym 500 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Morszczuk pieczony z warzywami 100 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Warzywa po grecku 100 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców b/c 250 ml	Jogurt naturalny 1,5% 150 g ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jajek z pietruszką - dieta 70 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Południca Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 950,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 30,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 273,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 49,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 41,9 <b>Sól</b> [g] 5,1

JADŁOSPIS 4.05.2024r.

2024-05-04 sobota	Dieta Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Sałatka z ogórkiem, rzodkiewką i pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> )		Pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <b>JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos pieczarkowy 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Ser gouda, dojrzewający 40 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek konserwowy 80 g Rukola 20 g	Mus 100% dynia, jabłko, banan 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 942 <b>Białko ogółem</b> [g] 83,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 268,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,1 <b>Sól</b> [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Sałatka z pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> )		Pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <b>JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos koperkowy-dieta 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Brokuł gotowany 200 g Kompot z owoców z/c 250 ml Krupnik jęczmienny - dieta 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rukola 20 g Pomidor 80 g	Mus 100% dynia, jabłko, banan 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 790,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 83,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 39,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 19,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 278,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 47,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,2 <b>Sól</b> [g] 4,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z ogórkiem, rzodkiewką i pomidorem 100 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g ( <b>MLE</b> )	Pulpet drobiowy gotowany 90 g ( <b>JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Sos pieczarkowy 100 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot z owoców b/c 250 ml Krupnik jęczmienny 500 g ( <b>MLE, SEL</b> )	Wafle ryżowe naturalne 15,8 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Polędwica z pasieki, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Rukola 20 g Pomidor 80 g	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu i koperkiem 30 g ( <b>MLE</b> )

JADŁOSPIS 5.05.2024 r.

2024-05-05 niedziela	Dieta Podstawowa	Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z rzodkiewką 70 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Rosół z makaronem 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kurczak ćwiartka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa żywiecka podsuszana, kielbasa wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa 100 g ( <b>MLE</b> )	Pomarańcza 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,3 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 279,5 suma cukrów prostych [g] 67,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 3,8
	Dieta łatwostrawna	Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Twarożek z pietruszką 70 g ( <b>MLE</b> )		Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Rosół z makaronem 500 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynka - dieta 100 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 20 g	Mus 100 % marchew mango jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 859,4 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 277,4 suma cukrów prostych [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sól [g] 4,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z rzodkiewką 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g	Kefir 1,5% 150 ml ( <b>MLE</b> )	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 500 ml ( <b>SEL</b> ) Kurczak ćwiartka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 100 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z marchwi i jabłka 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców b/c 250 ml	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 2 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Połędwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w osłonce niejadalnej 20 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 100 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 40 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 2 szt

JADŁOSPIS 6.05.2024 r.

2024-05-06 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Pasta z czerwonej fasoli 70 g Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> )		Naleśniki z serem i jabłkiem smażone 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Papryka konserwowa 80 g Rukola 20 g Salami z pieprzem mielonym Kielbasa wieprzowo-wołowa, drobno rozdrobniona, surowo-wędzona, dojrzewająca, podsuszana 30 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> )	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 298,8 suma cukrów prostych [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Sól [g] 7
	Dieta łatwostrawna	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Połędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty w plastrach 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Makaron zapiekany z warzywami 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ziemniaczana 500 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem-dieta 70 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Rukola 20 g	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 073,8 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 45 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 341,4 suma cukrów prostych [g] 59,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Sól [g] 5,4

JADŁOSPIS 7.05.2024 r.

2024-05-06 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z czerwonej fasoli 70 g Polędwica z majerankiem drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, wyrób drobiowy, z połączonych kawałków mięsa, parzony 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka naturalna 150 ml ( <b>MLE</b> )	Naleśniki pełnoziarniste z serem i jabłkiem smażone 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Kapuśniak z kapusty kiszzonej 500 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot z owoców b/c 250 ml	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta twarogowa ze szpinakiem 70 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z indykiem prasowana, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Rukola 20 g Papryka konserwowa 80 g	Sok wielowarzywny 300ml 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 008,6 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 280,8 suma cukrów prostych [g] 68 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 6,6
2024-05-07 wtorek	Dieta Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówki z drobiem 60 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ketchup, produkt pasteryzowany 15 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Hochland ze śmietanką, Ser kremowy topiony w trójkącikach ze śmietanką 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Zupa jarzynowa z makaronem 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa pieczona 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka Coleslaw 100 g ( <b>MLE</b> )		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 286,5 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 327,1 suma cukrów prostych [g] 55,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 4,9	
	Dieta łatwostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pasta z udźca z kurczaka 70 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Zupa jarzynowa z makaronem 500 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml Mieszanka królewska gotowana 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego - dieta 70 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 103,8 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 45 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 336,7 suma cukrów prostych [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 4,6	

JADŁOSPIS 8.05.2024 r.

2024-05-07 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Kurczak z bobrownik, produkt blokowy drobiowy, grubo rozdrobniony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z udźca z kurczaka 70 g ( <b>SEL</b> )	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa pieczona 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców b/c 250 ml Mieszanka królewska gotowana 100 g Surówka Coleslaw 100 g ( <b>MLE</b> )	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 70 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiewka 80 g Sałata zielona 20 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> )	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 10 g Masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 20 g ( <b>SOJ</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2036,1 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 287,6 suma cukrów prostych [g] 45,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 6,4
2024-05-08 środa	Dieta Podstawowa	Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z zielonego groszku 70 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Kalafior gotowany 100 g			Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ) Szynka z liściem, szynka wpięprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Rukola 20 g Pomidor 80 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2102,3 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 281,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 4,8
	Dieta łatwostrawna	Kakao z/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 30 g ( <b>SOJ</b> ) Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Serek maślany do smarowania 70 g ( <b>MLE</b> )	Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g ( <b>MLE</b> ) Grysikowa 500 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z owoców z/c 250 ml Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g			Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Rukola 20 g Pomidor 80 g Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem 100 g ( <b>JAJ</b> ) Połędwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g ( <b>SOJ</b> )	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1927,5 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 301,5 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 4,8

2024-05-08 środa

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Kakao b/c 250 ml (**MLE**)  
Masło 82% 12,5 g (**MLE**)  
Chleb graham 100 g (**GLU**)  
Pasta z zielonego groszku 70 g  
Pomidor 80 g  
Sałata zielona 20 g  
Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (**SOJ**)

Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (**GLU, MLE**)

Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (**GLU, SEL**)  
Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (**MLE**)  
Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (**MLE, SEL**)  
Kompot z owoców b/c 250 ml  
Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g (**MLE, SO2**)  
Kalafior gotowany 100 g

Kisiel truskawkowy b/c 150 g

Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g  
Chleb graham 100 g (**GLU**)  
Masło 82% 12,5 g (**MLE**)  
Rukola 20 g  
Pomidor 80 g  
Polędwica sopočka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (**SOJ**)  
Galaretko drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (**JAJ**)

Mandarynka 2 szt

**Wartość energetyczna**[kcal] 2006,3  
**Białko ogółem** [g] 92  
**Tłuszcz** [g] 57,5  
**Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem** [g] 21,5  
**Węglowodany ogółem** [g] 283,8  
**suma cukrów prostych** [g] 58  
**Błonnik pokarmowy** [g] 39,2  
**Sól** [g] 5,8



## **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,
- MLEK b/Lak* - Mleko i pochodne bez laktozy,