

JADŁOSPIS 02.10.2024r.

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-10-02 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ryż gotowany 250 g Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Fasolka szparagowa gotowana z bułką tartą 100 g (GLU)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z makaronem i wędliną 100 g (GLU, MLE) Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 50 g		Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,9 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 346,4 suma cukrów prostych [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 5,9	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Pasta z twarogu 70 g (MLE) Kakao z/c 250 ml (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ryż gotowany 250 g Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami - dieta 100 g (GLU) Południca sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 50 g (SOJ)		Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,8 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 346,7 suma cukrów prostych [g] 61,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 6,5	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Twarożek z rzodkiewką 70 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobniony, parzony 30 g Kakao b/c 250 ml (MLE) Pomidor 90 g		Mandarynka 1 szt 1 szt		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa jarzynowa z ziemniakami 500 g (MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ryż brązowy, gotowany 250 g Buraczki ćwikłowe gotowane 100 g Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g		Kisiel morelowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałatka z makaronem pełnoziarnistym i wędliną 100 g (GLU, MLE) Południca sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 50 g (SOJ)		Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198,9 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 334,1 suma cukrów prostych [g] 62,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 Sól [g] 7,3	

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,