

JADŁOSPIS 10.12.2023 r

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-12-10 niedziela	Dieta Podstawowa	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>		<p>Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Schab pieczony w rękawie 80 g</p> <p>Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 250 g</p> <p>Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pieczeń wiedeńska- dr.-wp. z dodatkiem b. wołowego średnio rozdrobniony pieczony 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</p> <p>[kcal] 2 120,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4</p> <p>Tłuszcz [g] 69,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 294,1</p> <p>w tym cukry [g] 53,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 22,9</p> <p>Sól [g] 9,5</p>
	Dieta Łatwo strawna	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa z mlekiem instant/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>		<p>Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Schab pieczony w rękawie 80 g</p> <p>Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 250 g</p> <p>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-diet a 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]</p> <p>[kcal] 2 091,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4</p> <p>Tłuszcz [g] 60,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 299</p> <p>w tym cukry [g] 52,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 15,4</p> <p>Sól [g] 7,6</p>

2023-12-10 niedziela	Dieta Cukrzycowa Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-diet a 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 048,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 280,6 w tym cukry [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 9,3
----------------------	---	--	---	---------------------------------	--	---	---

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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,
S02 - 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,