

JADŁOSPIS 5.06.2024 r..

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-06-05 środa	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Połudwica sopocka wędziona, parzona z dodatkiem wody, białkiem sojowym 30 g (GLU) Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)				Kompot z owoców z/c 250 ml Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Sos szpinakowy 100 g (GLU, MLE) Zupa brokułowa z ryżem brązowym 500 g (GLU, MLE, SEL) Surówka wielowarzywna 100 g Kalafior gotowany 100 g				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Mus owocowo-warzywny, bez dodatku cukru 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 266 suma cukrów prostych [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 4,4	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 20 g Twarożek z pietruszką 70 g (MLE) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędziona, parzona, w osło 30 g (SOJ)				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ryżem - dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Sos szpinakowy - dieta 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Warzywa w kostce gotowane 200 g (SEL)				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Sałata zielona 20 g		Mus owocowo-warzywny, bez dodatku cukru 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 854,2 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 289,9 suma cukrów prostych [g] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 4,9	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Twarożek z czosnkiem 70 g (MLE) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędziona, parzona, w osło 30 g (SOJ)		Wafle ryżowe naturalne 20 g		Kompot z owoców b/c 250 ml Zupa brokułowa z ryżem brązowym 500 g (GLU, MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 90 g (JAJ) Sos szpinakowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Surówka wielowarzywna 100 g Kalafior gotowany 100 g		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (SOJ) Galaretka drobiwa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Chleb graham 40 g (GLU) Sałata zielona 10 g Twarożek z pietruszką 20 g (MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 295,7 suma cukrów prostych [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 5,6	

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,