

JADŁOSPIS 10.06.2024 r.

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA	
2024-06-10 poniedziałek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Połędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pierogi ruskie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Surówka z marchwii 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk w galarecie 40 g Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 425,9 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 384,6 suma cukrów prostych [g] 67,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,3 Sól [g] 7	
	Dieta tatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Paszтет z cukinii 70 g (GLU, JAJ) Sałata zielona 10 g Połędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (GLU, MLE)		Kompot z owoców z/c 250 ml Pierogi z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 500 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE)		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 90 g Pierś wędzona, wędlna drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Sałata zielona 10 g Twaróg półtłusty w plastrach 70 g (MLE)	Sok pomidorowy produkt pasteryzowany 300 ml 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 243,3 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 347,6 suma cukrów prostych [g] 76,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 6,3	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Paszтет z ciecierzycy 70 g (GLU, JAJ, GOR) Połędwica sopocka drobiowa, wędlna drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 30 g (SOJ)	Wafle suche bez dodatku cukru podplomyki 18 g (GLU, MLE)	Kompot z owoców b/c 250 ml Pierogi żytnie 300 g (GLU, JAJ, MLE) Grochowa z ziemniakami 500 ml (GLU) Surówka z marchwii 200 g (MLE)	Jabłko 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pierś wędzona, wędlna drobiowa z połączonych kawałków 40 g (SOJ) Ser wędzony 30 g (JAJ, MLE) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Sok wielowarzywny 300ml. 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 516,9 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 409 suma cukrów prostych [g] 76,4 Błonnik pokarmowy [g] 62,2 Sól [g] 8,2	

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,