

JADŁOSPIS 4.06.2024 r.

1		2		3		4		5		6		7			
		Śniadanie		2. śniadanie		Obiad		Podwieczorek		Kolacja		Posiłek nocny		SUMA	
2024-06-04 wtorek	Dieta Podstawowa	Chleb graham 40 g (GLU) Chleb mieszany 60 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Kakao z/c 250 ml (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym, 500 g (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 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 z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Sałatka - makaronowa 150 g (SOJ)		Jabłko 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 980,2 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 272,6 suma cukrów prostych [g] 62,7 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 4,3	
	Dieta łatwostrawna	Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Kakao z/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 20 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Pasta z marchwi 70 g				Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa jarzynowa z makaronem - dieta. 500 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 200 g				Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Pomidor 80 g Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Sałatka - makaronowa - dieta 150 g (GLU, SOJ)		Jabłko 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 086,1 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 328,6 suma cukrów prostych [g] 75,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 4,4	
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Kakao b/c 250 ml (MLE) Sałata zielona 20 g Schab pieczony z bobrownik, wędzonka wieprzowa, schab, parzony, pieczony 30 g Paszтет pieczony, drobiowo wieprzowy 50 g (GLU) Pomidor 80 g		Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g (GLU, JAJ)		Kompot z owoców b/c 250 ml Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Buraki ćwikłowe gotowane z jabłkiem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g (MLE) Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym, 500 g (MLE, SEL)		Kisiel truskawkowy b/c 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Indyk z pasieki, produkt blokowy, drobiowy, gruborozdrobiony, parzony 40 g Sałatka - makaronowa 150 g (SOJ)		Jabłko 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 079,7 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 283,9 suma cukrów prostych [g] 60,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 5,1	

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,