

JADŁOSPIS 8.05.2024 r.

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-08 środa	Dieta Podstawowa		Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Kompot z owoców z/c 250 ml Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g (MLE, SO2) Kalafior gotowany 100 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb mieszany 60 g (GLU) Chleb graham 40 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Szyńka z liściem, szynka wpięprzowa, wędzona parzona z dodaną wodą 40 g (GLU, SOJ) Rukola 20 g Pomidor 80 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 948,3 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 60,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna		Gulasz z kurczaka gotowany - dieta 200 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Grycikowa 500 g (SEL) Kompot z owoców z/c 250 ml Buraczki ćwikłowe gotowane 200 g		Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ) Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ)	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 927,5 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 301,5 suma cukrów prostych [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 4,8
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao b/c 250 ml (MLE) Masło 82% 12,5 g (MLE) Chleb graham 100 g (GLU) Pasta z zielonego groszku 70 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Filet złocisty - produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa parzony. 40 g (SOJ)	Wafle suche bez dodatku cukru podpiomyki 18 g (GLU, MLE)	Gulasz z kurczaka gotowany 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g (MLE) Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 500 g (MLE, SEL) Kompot z owoców b/c 250 ml Buraki ćwikłowe gotowane z chrzanem 100 g (MLE, SO2) Kalafior gotowany 100 g	Kisiel truskawkowy b/c 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g (GLU) Masło 82% 12,5 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Połudwica sopocka drobiowa, wędlina drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona, w osło 40 g (SOJ) Galaretka drobiowa z udźca z jajkiem 100 g (JAJ)	Mandarynka 2 szt

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,