

JADŁOSPIS 9.05.2024 r.

1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-09 czwartek	Dieta Podstawowa	Pomidor 80 g Rukola 20 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Indyk w galarecie 30 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp. gotowaną 300 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Salata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Chleb mieszany 60 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w oslonce niejadalnej 40 g Twarożek z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem i natką pietruszki 70 g ( <b>MLE</b> )	Mus 100% cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2043,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 98,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 63,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 271,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 53,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,5 <b>Sól</b> [g] 6
	Dieta łatwostrawna	Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z marchwi 70 g	Kompot z owoców z/c 250 ml Zupa brokułowa z ziemniakami - dieta 500 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron w sosie warzywno-mięsny (gotowanym) 300 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Cukinia gotowana na parze 200 g ( <b>MLE</b> )		Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 g Chleb bułkowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w oslonce niejadalnej 40 g Twarożek z pomidorem i pietruszką 70 g ( <b>MLE</b> )	Mus 100% cukinia, kiwi, szpinak, jabłko, banan 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2151,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 84,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 54,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 341 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 63,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,1 <b>Sól</b> [g] 5,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pomidor 80 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Pierś wędzona, wędlina drobiowa z połączonych kawałków 30 g ( <b>SOJ</b> ) Indyk w galarecie 30 g	Biszkopty wrocławskie- bez dodatku cukrów 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Kompot z owoców b/c 250 ml Żurek z kielbasą i ziemniakami 500 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp. gotowaną 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Fasolka szparagowa gotowana z wody 100 g	Kefir 1,5% 150 ml ( <b>MLE</b> )	Salata zielona 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 g Masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Chleb graham 100 g ( <b>GLU</b> ) Poledwica Ani, produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony w oslonce niejadalnej 40 g Twarożek z rzodkiewką, ogórkiem, pomidorem i natką pietruszki 70 g ( <b>MLE</b> )	Chleb graham 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Szynkowa z fileta, kielbasa drobiowo-wieprzowa, grubo rozdrobniona 20 g

## **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,