

JADŁOSPIS NA 2023-11-01 (środa)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POMIDOR 100g

470 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 15,5g, SÓD 631,11mg, POTAS 807,16mg, TŁUSZCZ 86,05g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 68,2g, WITAMINA A 117mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, POMIDOR 100g , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml

470 kcal
TŁUSZCZ 86,05g, SÓD 631,11mg, POTAS 807,16mg, WITAMINA A 117mcg, BIAŁKO OGÓLEM 15,5g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 68,2g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, POMIDOR 100g , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/

470 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 15,5g, SÓD 631,11mg, POTAS 807,16mg, TŁUSZCZ 86,05g, WITAMINA A 117mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 68,2g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta łatwostrawna 2
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, DŻEM 25 g , POMIDOR 100g

504 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 17,35g, SÓD 504,11mg, POTAS 600,66mg, TŁUSZCZ 85,85g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 76,1g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 117,5mcg

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, DŻEM 25 g , SAŁATA ZIELONA 30g

493 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 16,87g, SÓD 497,31mg, POTAS 358,86mg, TŁUSZCZ 85,71g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 73,37g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 68,1mcg

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATA ZIELONA 30g , DŻEM 25 g , MASŁO 15g /Alergeny: 7/

493 kcal
TŁUSZCZ 85,71g, SÓD 497,31mg, POTAS 358,86mg, WITAMINA A 68,1mcg, BIAŁKO OGÓLEM 16,87g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 73,37g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, POMIDOR 100g

470 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 15,5g, SÓD 631,11mg, POTAS 807,16mg, TŁUSZCZ 86,05g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 68,2g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,9g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 117mcg

Drugie śniadanie

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
CIASTKA 50g /Alergeny: 1,3,7,8,11/

213 kcal
POTAS 90mg, WITAMINA A 18,5mcg, BIAŁKO OGÓLEM 3,7g, TŁUSZCZ 9g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 30,5g, SÓD 60mg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1
CIASTKA 50g /Alergeny: 1,3,7,8,11/

213 kcal
POTAS 90mg, WITAMINA A 18,5mcg, BIAŁKO OGÓLEM 3,7g, TŁUSZCZ 9g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 30,5g, SÓD 60mg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
JABŁKO 1 szt.

92 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 24,2g, SÓD 4mg, POTAS 268mg, WITAMINA A 8mcg

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1
ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, BITKA SCHABOWA I 100G /Alergeny: 7/, ZIEMNIAKI 200g , SAŁATKA Z BURACZKÓW I 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

1021 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 37,72g, TŁUSZCZ 37,98g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 140,09g, SÓD 200,67mg, POTAS 2976,7mg, WITAMINA A 456,89mcg

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
ZIEMNIAKI 200g , ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , BITKA SCHABOWA I 100G /Alergeny: 7/, SAŁATKA Z BURACZKÓW I 150g

1021 kcal
BIAŁKO OGÓLEM 37,72g, TŁUSZCZ 37,98g, WĘGLOWODANY OGÓLEM 140,09g, SÓD 200,67mg, POTAS 2976,7mg, WITAMINA A 456,89mcg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	SAŁATKA Z BURACZKÓW I 150g , ZIEMNIAKI 200g , ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, BITKA SCHABOWA I 100G /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1021 kcal	WITAMINA A 456,89mcg, BIAŁKO OGÓŁEM 37,72g, TŁUSZCZ 37,98g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,09g, SÓD 200,67mg, POTAS 2976,7mg
Dieta łatwostrawna 2	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, BITKA SCHABOWA II 100g /Alergeny: 7,1/, ZIEMNIAKI 200g , BURACZKI 150g /Alergeny: 1,6,7,10,11,13/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
822 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 36,46g, TŁUSZCZ 21,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,03g, SÓD 208,51mg, POTAS 2758,4mg, WITAMINA A 525,97mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, BITKA SCHABOWA II 100g /Alergeny: 7,1/, ZIEMNIAKI 200g , BURACZKI 150g /Alergeny: 1,6,7,10,11,13/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
822 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 36,46g, TŁUSZCZ 21,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,03g, SÓD 208,51mg, POTAS 2758,4mg, WITAMINA A 525,97mcg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	ZIEMNIAKI 200g , BURACZKI 150g /Alergeny: 1,6,7,10,11,13/, ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , BITKA SCHABOWA II 100g /Alergeny: 7,1/
822 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 36,46g, TŁUSZCZ 21,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,03g, SÓD 208,51mg, POTAS 2758,4mg, WITAMINA A 525,97mcg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, BITKA SCHABOWA I 100G /Alergeny: 7/, ZIEMNIAKI 200g , SAŁATKA Z BURACZKÓW I 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1021 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 37,72g, TŁUSZCZ 37,98g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,09g, SÓD 200,67mg, POTAS 2976,7mg, WITAMINA A 456,89mcg

Podwieczorek

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
12 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 3,08g, SÓD 16mg, POTAS 1,2mg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
12 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 3,08g, SÓD 16mg, POTAS 1,2mg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
12 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 3,08g, SÓD 16mg, POTAS 1,2mg

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g , MUS OWOCOWY
655 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 17,49g, SÓD 924,42mg, POTAS 239,89mg, TŁUSZCZ 90,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 98,63g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 72,32mcg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, MUS OWOCOWY
655 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 17,49g, SÓD 924,42mg, POTAS 239,89mg, TŁUSZCZ 90,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 98,63g, WITAMINA A 72,32mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 20g , JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, MUS OWOCOWY , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/
655 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 17,49g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, TŁUSZCZ 90,9g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 98,63g, SÓD 924,42mg, POTAS 239,89mg, WITAMINA A 72,32mcg
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, RUCOLA 20g , MUS OWOCOWY
517 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 16,6g, SÓD 789,51mg, POTAS 153,56mg, TŁUSZCZ 90,1g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 68,92g, WITAMINA A 69,6mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 20g , MUS OWOCOWY
517 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 16,6g, SÓD 789,51mg, POTAS 153,56mg, TŁUSZCZ 90,1g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 68,92g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 69,6mcg

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

517 kcal

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, RUCOLA 20g , MUS
OWOCOWY , SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, CHLEB PSZENNY
100g /Alergeny: 1/

BIĄŁKO OGÓŁEM 16,6g, SÓD 789,51mg, POTAS 153,56mg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, TŁUSZCZ 90,1g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 68,92g, WITAMINA A 69,6mcg

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

655 kcal

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, SER
TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, JAJKO 1
SZT. /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g , MUS OWOCOWY

BIĄŁKO OGÓŁEM 17,49g, SÓD 924,42mg, POTAS 239,89mg, TŁUSZCZ 90,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM
98,63g, WITAMINA A 72,32mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,05g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g