

JADŁOSPIS NA 2023-11-02 (czwartek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70g /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g , ROSZPONKA 20g

574 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 18,64g, SÓD 613,2mg, POTAS 498,01mg, TŁUSZCZ 87,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 85,91g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 82,62mcg

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1

ROSZPONKA 20g , DŻEM 25 g , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70g /Alergeny: 1,7/

574 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 18,64g, TŁUSZCZ 87,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 85,91g, SÓD 613,2mg, POTAS 498,01mg, WITAMINA A 82,62mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , DŻEM 25 g , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g , TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70g /Alergeny: 1,7/

574 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 18,64g, SÓD 613,2mg, POTAS 498,01mg, TŁUSZCZ 87,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 85,91g, WITAMINA A 82,62mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta łatwostrawna 2

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK 70g /Alergeny: 7,1/, DŻEM 25 g , ROSZPONKA 20g

537 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 13,82g, SÓD 411,31mg, POTAS 228,06mg, TŁUSZCZ 87,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,02g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 73,6mcg

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK 70g /Alergeny: 7,1/, DŻEM 25 g , ROSZPONKA 20g

537 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 13,82g, SÓD 411,31mg, POTAS 228,06mg, TŁUSZCZ 87,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,02g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 73,6mcg

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4

DŻEM 25 g , HERBATA BEZ CUKRU 250ml , TWAROŻEK 70g /Alergeny: 7,1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/

537 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 13,82g, TŁUSZCZ 87,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,02g, SÓD 411,31mg, POTAS 228,06mg, WITAMINA A 73,6mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK 70g /Alergeny: 7,1/, ROSZPONKA 20g

401 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 16,05g, SÓD 418,81mg, POTAS 334,56mg, TŁUSZCZ 87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 47,02g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 73,1mcg

Drugie śniadanie

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1

DROŻDŻÓWKA 50g /Alergeny: 1,3/

170 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 3,5g, TŁUSZCZ 3,25g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 32,6g, SÓD 140mg, POTAS 67,5mg, WITAMINA A 31mcg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1

DROŻDŻÓWKA 50g /Alergeny: 1,3/

170 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 3,5g, TŁUSZCZ 3,25g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 32,6g, SÓD 140mg, POTAS 67,5mg, WITAMINA A 31mcg

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4

JABŁKO 1 szt.

92 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg, POTAS 268mg, WITAMINA A 8mcg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

JABŁKO 1 szt.

92 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg, POTAS 268mg, WITAMINA A 8mcg

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1

ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, FILET PANIEROWANY 100g /Alergeny: 1,3/, ZIEMNIANKI 200g , SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

1090 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 40,51g, TŁUSZCZ 37,28g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 152,46g, SÓD 363,45mg, POTAS 3239,98mg, WITAMINA A 1000,61mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,6g

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, FILET PANIEROWANY 100g /Alergeny: 1,3/
1090 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 40,51g, TŁUSZCZ 37,28g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 152,46g, SÓD 363,45mg, POTAS 3239,98mg, WITAMINA A 1000,61mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,6g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, FILET PANIEROWANY 100g /Alergeny: 1,3/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/
1090 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 40,51g, TŁUSZCZ 37,28g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 152,46g, SÓD 363,45mg, POTAS 3239,98mg, WITAMINA A 1000,61mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,6g
Dieta łatwostrawna 2	ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G /Alergeny: 7,1,3/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z MARCHEWKI 150g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
841 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,04g, TŁUSZCZ 9,36g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 164,46g, SÓD 330,52mg, POTAS 3341,88mg, WITAMINA A 2946,74mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, PIECZEŃ RZYMSKA Z WARZYWAMI 100g /Alergeny: 3,5,1/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z MARCHEWKI 150g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1071 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 17,47g, TŁUSZCZ 14,97g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 161,97g, SÓD 231,72mg, POTAS 3215,18mg, WITAMINA A 3215,27mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,64g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, PIECZEŃ RZYMSKA Z WARZYWAMI 100g /Alergeny: 3,5,1/, ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/
1037 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 17,35g, TŁUSZCZ 14,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 153,89g, SÓD 273,07mg, POTAS 3211,03mg, WITAMINA A 4064,27mcg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,64g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	ZUPA KRUPNIK /Alergeny: 1,5/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G /Alergeny: 7,1,3/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
876 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 34,19g, TŁUSZCZ 17,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 149,75g, SÓD 313,6mg, POTAS 3172,18mg, WITAMINA A 1073,18mcg

Podwieczorek

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/
222 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/
222 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/
222 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	BUDYŃ Z PŁATKAMI OWSIANYMI 250g /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/
408 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,17g, TŁUSZCZ 7,26g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 72,87g, SÓD 114mg, POTAS 466,2mg, WITAMINA A 62,5mcg

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, SAŁATA ZIELONA 30g , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
699 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 21,29g, SÓD 587,81mg, POTAS 262,36mg, TŁUSZCZ 90,14g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 108,52g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, SAŁATA ZIELONA 30g , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
699 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 21,29g, SÓD 587,81mg, POTAS 262,36mg, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, TŁUSZCZ 90,14g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 108,52g, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	MASŁO 15g /Alergeny: 7/, CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, SAŁATA ZIELONA 30g , SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
699 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 21,29g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, TŁUSZCZ 90,14g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 108,52g, SÓD 587,81mg, POTAS 262,36mg, WITAMINA A 57,6mcg

Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, SAŁATA ZIELONA 30g , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
565 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,14g, SÓD 380,31mg, POTAS 152,36mg, TŁUSZCZ 89,24g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 84,62g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, SAŁATA ZIELONA 30g , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
565 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,14g, SÓD 380,31mg, POTAS 152,36mg, TŁUSZCZ 89,24g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 84,62g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	MASŁO 15g /Alergeny: 7/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, SAŁATA ZIELONA 30g , SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
565 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,14g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, TŁUSZCZ 89,24g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 84,62g, SÓD 380,31mg, POTAS 152,36mg, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA WIEPRZOWA 50G /Alergeny: 6,10/, SAŁATA ZIELONA 30g , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/
503 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 16,62g, SÓD 388,31mg, POTAS 290,36mg, TŁUSZCZ 89,14g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 67,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 58,4g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 57,6mcg