

JADŁOSPIS NA 2023-11-04 (sobota)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 50G /Alergeny: 1,7/, JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g

523 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,22g, SÓD 1002,52mg, POTAS 396,99mg, TŁUSZCZ 91,75g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,76g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 89,72mcg

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 50G /Alergeny: 1,7/, JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g

523 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,22g, SÓD 1002,52mg, POTAS 396,99mg, TŁUSZCZ 91,75g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,76g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 89,72mcg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, SER TOPIONY 50G /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 20g

523 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,22g, SÓD 1002,52mg, POTAS 396,99mg, TŁUSZCZ 91,75g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,76g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 89,72mcg

Dieta łatwostrawna 2
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 50G /Alergeny: 1,7/, JAJKO GOTOWANE 60g /Alergeny: 3/, RUCOLA 20g

624 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 23,82g, SÓD 940,61mg, POTAS 265,66mg, TŁUSZCZ 100,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 63,55g, Kw. tł. nasycone ogółem 58g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 359mcg

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, MIÓD 25g , SEREK WIEJSKI Z ZIOŁAMI 150g /Alergeny: 1,7/

609 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 25,4g, SÓD 440,86mg, POTAS 279,66mg, TŁUSZCZ 87,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 87,88g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 124,5mcg

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SEREK WIEJSKI Z ZIOŁAMI 150g /Alergeny: 1,7/, MIÓD 25g

609 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 25,4g, SÓD 440,86mg, POTAS 279,66mg, TŁUSZCZ 87,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 87,88g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 124,5mcg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, JAJKO 1 SZT. /Alergeny: 3/, SER TOPIONY 50G /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 20g

424 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 13,92g, SÓD 809,02mg, POTAS 271,99mg, TŁUSZCZ 91,2g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 45,46g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 89,72mcg

Drugie śniadanie

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
JABŁKO 1 szt.

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

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1
JABŁKO 1 szt.

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

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
JABŁKO 1 szt.

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

92 kcal
BIAŁKO 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 KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

941 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1
ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/

941 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1 941 kcal	ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/ BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg
Dieta łatwostrawna 2 941 kcal	RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/ BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3 941 kcal	ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4 941 kcal	ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, SOS MIĘSNO - WARZYWNY /Alergeny: 5,7,1/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml BIAŁKO OGÓŁEM 26,94g, TŁUSZCZ 24,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 169,22g, SÓD 241,95mg, POTAS 2232,51mg, WITAMINA A 1891,79mcg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 973 kcal	ZUPA KOPERKOWA /Alergeny: 5,2,1/, RYŻ NA SYPKO /Alergeny: 1,7/, BITKA DROBIOWA 100g /Alergeny: 1,7/, SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml BIAŁKO OGÓŁEM 38,34g, TŁUSZCZ 23,09g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 157,83g, SÓD 550,05mg, POTAS 2190,01mg, WITAMINA A 1010,09mcg
Podwieczorek	
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1 222 kcal	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/ BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1 222 kcal	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/ BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4 222 kcal	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/ BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 222 kcal	BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/ BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g
Kolacja	
Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1 635 kcal	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , PAPRYKA 50g , JABŁKO 1 szt. BIAŁKO OGÓŁEM 16,62g, SÓD 590,61mg, POTAS 490,16mg, TŁUSZCZ 85,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 111,45g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 8mcg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1 635 kcal	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , PAPRYKA 50g , JABŁKO 1 szt. BIAŁKO OGÓŁEM 16,62g, SÓD 590,61mg, POTAS 490,16mg, TŁUSZCZ 85,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 111,45g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 8mcg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1 635 kcal	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , JABŁKO 1 szt. , PAPRYKA 50g BIAŁKO OGÓŁEM 16,62g, SÓD 590,61mg, POTAS 490,16mg, TŁUSZCZ 85,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 111,45g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 8mcg
Dieta łatwostrawna 2 413 kcal	BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA 30g BIAŁKO OGÓŁEM 9,09g, TŁUSZCZ 84,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 64,22g, SÓD 380,31mg, POTAS 152,36mg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 57,6mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3 505 kcal	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA 30g , JABŁKO 1 szt. BIAŁKO OGÓŁEM 9,89g, SÓD 384,31mg, POTAS 420,36mg, TŁUSZCZ 84,86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 88,42g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 65,6mcg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4 505 kcal	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA 30g , JABŁKO PIECZONE 1 szt. BIAŁKO OGÓŁEM 9,89g, SÓD 384,31mg, POTAS 420,36mg, TŁUSZCZ 84,86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 88,42g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 65,6mcg

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , PAPRYKA 50g , JOGURT NATURALNY 1
szt. /Alergeny: 7/

416 kcal

.....
BIAŁKO OGÓŁEM 15,33g, SÓD 387,11mg, POTAS 250,16mg, TŁUSZCZ 87,11g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM
51,53g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g