

JADŁOSPIS NA 2023-11-07 (wtorek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , PAPRYKA 50g /Alergeny: 7/
543 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 15,82g, TŁUSZCZ 84,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 87,25g, SÓD 586,61mg, POTAS 222,16mg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , PAPRYKA 50g /Alergeny: 7/
412 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,73g, SÓD 391,11mg, POTAS 148,16mg, TŁUSZCZ 84,2g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 59,25g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, PAPRYKA 50g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MASŁO 15g /Alergeny: 7/
412 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,73g, SÓD 391,11mg, POTAS 148,16mg, TŁUSZCZ 84,2g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 59,25g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA /Alergeny: 1,6,7,10,11,13,2/
442 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,31g, SÓD 383,11mg, POTAS 246,16mg, TŁUSZCZ 86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,62g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 192mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA /Alergeny: 1,6,7,10,11,13,2/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MASŁO 15g /Alergeny: 7/
442 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,31g, TŁUSZCZ 86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,62g, SÓD 383,11mg, POTAS 246,16mg, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WITAMINA A 192mcg, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	MASŁO 15g /Alergeny: 7/, HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA /Alergeny: 1,6,7,10,11,13,2/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/
442 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,31g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, TŁUSZCZ 86g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,62g, SÓD 383,11mg, POTAS 246,16mg, WITAMINA A 192mcg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SAŁATA ZIELONA /Alergeny: 1,6,7,10,11,13,2/
380 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,79g, SÓD 391,11mg, POTAS 384,16mg, TŁUSZCZ 85,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 49,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 55,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 192mcg

Drugie śniadanie

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 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/
222 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, BIGOS Z KAPUSTY KISZONEJ 350G /Alergeny: 6,10/, ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1155 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 40,33g, TŁUSZCZ 46,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 134,62g, SÓD 2261,45mg, POTAS 3707,65mg, WITAMINA A 432mcg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, BIGOS Z KAPUSTY KISZONEJ 350G /Alergeny: 6,10/, ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1155 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 40,33g, TŁUSZCZ 46,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 134,62g, SÓD 2261,45mg, POTAS 3707,65mg, WITAMINA A 432mcg

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	BIGOS Z KAPUSTY KISZONEJ 350G /Alergeny: 6,10/, ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1155 kcal	WITAMINA A 432mcg, SÓD 2261,45mg, POTAS 3707,65mg, BIAŁKO OGÓŁEM 40,33g, TŁUSZCZ 46,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 134,62g
Dieta łatwostrawna 2	ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, KLOPS PIECZONY 100g /Alergeny: 1,3/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA Z GROSZKIEM 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1034 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 35,97g, TŁUSZCZ 33,67g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 154,61g, SÓD 373,67mg, POTAS 2849,23mg, WITAMINA A 3746,67mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, UDKO GOTOWANE /Alergeny: 7/, ZIEMNIAKI 200g , JARZYNKA II 200g /Alergeny: 5,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1041 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 19,7g, TŁUSZCZ 12,52g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,88g, SÓD 287,64mg, POTAS 3028,65mg, WITAMINA A 2269,02mcg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	ZIEMNIAKI 200g , ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , JARZYNKA II 200g /Alergeny: 5,7/, UDKO GOTOWANE /Alergeny: 7/
1041 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 19,7g, TŁUSZCZ 12,52g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,88g, SÓD 287,64mg, POTAS 3028,65mg, WITAMINA A 2269,02mcg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	ZUPA MAKARONOWA 500ml /Alergeny: 1,3,7,5/, UDKO GOTOWANE /Alergeny: 7/, ZIEMNIAKI 200g , JARZYNKA II 200g /Alergeny: 5,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1041 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 19,7g, TŁUSZCZ 12,52g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,88g, SÓD 287,64mg, POTAS 3028,65mg, WITAMINA A 2269,02mcg

Podwieczorek

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

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZWYKŁY 150g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MIÓD 25g
604 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 10,4g, SÓD 592,97mg, POTAS 259,28mg, TŁUSZCZ 85,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 105,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 33,28mcg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MIÓD 25g
473 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 7,31g, SÓD 397,47mg, POTAS 185,28mg, TŁUSZCZ 85,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 77,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 33,28mcg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, MIÓD 25g
473 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 7,31g, SÓD 397,47mg, POTAS 185,28mg, TŁUSZCZ 85,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 77,12g, WITAMINA A 33,28mcg, 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/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MIÓD 25g , RUCOLA 20g
470 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 3,25g, SÓD 385,47mg, POTAS 149,28mg, TŁUSZCZ 85,02g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 81,22g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 33,28mcg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MIÓD 25g , RUCOLA 20g
470 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 3,25g, SÓD 385,47mg, POTAS 149,28mg, TŁUSZCZ 85,02g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 81,22g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 33,28mcg

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

470 kcal

MASŁO 15g /Alergeny: 7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, RUCOLA 20g ,
HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MIÓD 25g , PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/

BIĄŁKO OGÓŁEM 3,25g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, TŁUSZCZ 85,02g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g,
WĘGLOWODANY OGÓŁEM 81,22g, SÓD 385,47mg, POTAS 149,28mg, WITAMINA A 33,28mcg

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

408 kcal

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, MIÓD 25g , RUCOLA 20g

BIĄŁKO OGÓŁEM 5,73g, SÓD 393,47mg, POTAS 287,28mg, TŁUSZCZ 84,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM
63,72g, Kw. tł. nasycone ogółem 55g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,6g, WITAMINA A 33,28mcg