

JADŁOSPIS NA 2023-11-10 (piątek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
497 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,29g, SÓD 520,26mg, TŁUSZCZ 18,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,8g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
497 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,29g, SÓD 520,26mg, TŁUSZCZ 18,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,8g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
497 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,29g, SÓD 520,26mg, TŁUSZCZ 18,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,8g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
559 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,81g, SÓD 512,26mg, TŁUSZCZ 18,11g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 100,3g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
559 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,81g, SÓD 512,26mg, TŁUSZCZ 18,11g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 100,3g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
559 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 7,81g, SÓD 512,26mg, TŁUSZCZ 18,11g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 100,3g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z RYZEM II /Alergeny: 1,5,3,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, ROSZPONKA 20g
497 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,29g, SÓD 520,26mg, TŁUSZCZ 18,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 82,8g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,03g

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 32,8g, SÓD 140mg
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 32,8g, SÓD 140mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	DROŻDŻÓWKA 50g /Alergeny: 1,3/
170 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 3,5g, TŁUSZCZ 3,25g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 32,8g, SÓD 140mg
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

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	ZUPA JARZYNOWA DIETY /Alergeny: 5,2,1/, NALESNIKI Z SEREM 300g /Alergeny: 7,1,3/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1310 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,91g, TŁUSZCZ 55,47g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 146,02g, SÓD 142,13mg
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	ZUPA JARZYNOWA DIETY /Alergeny: 5,2,1/, NALESNIKI Z SEREM 300g /Alergeny: 7,1,3/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

1310 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,91g, TŁUSZCZ 55,47g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 146,02g, SÓD 142,13mg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	ZUPA JARZYNOWA DIETY /Alergeny: 5,2,1/, NALESNIKI Z SEREM 300g /Alergeny: 7,1,3/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1310 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,91g, TŁUSZCZ 55,47g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 146,02g, SÓD 142,13mg
Dieta łatwostrawna 2	ZUPA JARZYNOWA DIETY /Alergeny: 5,2,1/, MAKARON Z SEREM 370g /Alergeny: 1,3,7/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
801 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 28,87g, TŁUSZCZ 15,07g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 139,42g, SÓD 108,29mg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	ZUPA ZIEMNIACZANA 500ml /Alergeny: 5,7,1/, MAKARON Z SEREM 370g /Alergeny: 1,3,7/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
854 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 29,99g, TŁUSZCZ 17,2g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 147,12g, SÓD 118,45mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4	ZUPA ZIEMNIACZANA 500ml /Alergeny: 5,7,1/, MAKARON Z SEREM 370g /Alergeny: 1,3,7/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 1,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
854 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 29,99g, TŁUSZCZ 17,2g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 147,12g, SÓD 118,45mg
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	ZUPA ZIEMNIACZANA 500ml /Alergeny: 5,7,1/, RYBA PO GRECKU /Alergeny: 1,5,3/, ZIEMNIAKI 200g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1169 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 55,67g, TŁUSZCZ 33,39g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 174,19g, SÓD 551,65mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,06g

Podwieczorek

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
58 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 15,18g, SÓD 18mg, BIĄŁKO OGÓŁEM 0,4g, TŁUSZCZ 0,4g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
58 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 15,18g, SÓD 18mg, BIĄŁKO OGÓŁEM 0,4g, TŁUSZCZ 0,4g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4	KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
58 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 15,18g, SÓD 18mg, BIĄŁKO OGÓŁEM 0,4g, TŁUSZCZ 0,4g
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	KISIEL Z TARTYM JABŁKIEM 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
58 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 15,18g, SÓD 18mg, BIĄŁKO OGÓŁEM 0,4g, TŁUSZCZ 0,4g

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 330ml /Alergeny: 7,1/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, PAPRYKA 50g /Alergeny: 1/, JABŁKO 1 szt.
826 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 27,72g, SÓD 869,36mg, TŁUSZCZ 29,21g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 115,48g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 330ml /Alergeny: 7,1/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, PAPRYKA 50g /Alergeny: 1/, JABŁKO 1 szt.
826 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 27,72g, SÓD 869,36mg, TŁUSZCZ 29,21g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 115,48g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 330ml /Alergeny: 7,1/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, PAPRYKA 50g /Alergeny: 1/, JABŁKO 1 szt.
826 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 27,72g, SÓD 869,36mg, TŁUSZCZ 29,21g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 115,48g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 330ml /Alergeny: 7,1/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1,7/, JABŁKO 1 szt.
769 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 22,71g, SÓD 520,96mg, TŁUSZCZ 23,41g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 120,41g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g

Dieta łatwostrawna z
ograniczeniem tłuszczu 3

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
330ml /Alergeny: 7,1/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1,7/, JABŁKO 1
szt.

769 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 22,71g, SÓD 520,96mg, TŁUSZCZ 23,41g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 120,41g, Kw. tł.
nasycone ogółem 0,3g

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , PŁATKI OWSIANE NA MLEKU
330ml /Alergeny: 7,1/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1,7/, JABŁKO 1
szt.

769 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 22,71g, SÓD 520,96mg, TŁUSZCZ 23,41g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 120,41g, Kw. tł.
nasycone ogółem 0,3g

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

PŁATKI OWSIANE NA MLEKU 330ml /Alergeny: 7,1/, CHLEB RAZOWY
100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt
(40g) /Alergeny: 1,7/, PAPRYKA 50g /Alergeny: 1/, JOGURT NATURALNY
150g /Alergeny: 7/

813 kcal

BIĄŁKO OGÓŁEM 30,24g, TŁUSZCZ 32,49g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 98,88g, SÓD 861,25mg, Kw. tł.
nasycone ogółem 2,8g