

JADŁOSPIS NA 2023-11-13 (poniedziałek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, OGÓREK ŚW. 100g , POWIDŁO ŚLIWKOWE 25g
490 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 12,52g, SÓD 736,36mg, TŁUSZCZ 20,1g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 64,86g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, OGÓREK ŚW. 100g , POWIDŁO ŚLIWKOWE 25g
490 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 12,52g, SÓD 736,36mg, TŁUSZCZ 20,1g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 64,86g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, OGÓREK ŚW. 100g , POWIDŁO ŚLIWKOWE 25g
490 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 12,52g, SÓD 736,36mg, TŁUSZCZ 20,1g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 64,86g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SEREK WIEJSKI Z ZIOŁAMI 150g /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 5g
531 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 24,79g, SÓD 440,46mg, TŁUSZCZ 18,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 67,44g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SEREK WIEJSKI Z ZIOŁAMI 150g /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 5g
531 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 24,79g, SÓD 440,46mg, TŁUSZCZ 18,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 67,44g
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/, RUCOLA 5g
531 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 24,79g, SÓD 440,46mg, TŁUSZCZ 18,15g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 67,44g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TOPIONY 2 szt(40g) /Alergeny: 1,7/, OGÓREK ŚW. 100g
515 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 14,57g, SÓD 929,36mg, TŁUSZCZ 20,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 68,66g

Drugie śniadanie

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	MUS OWOCOWY
57 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,6g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,05g, TŁUSZCZ 0,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 12,2g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	MUS OWOCOWY
57 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,6g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,05g, TŁUSZCZ 0,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 12,2g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	MUS OWOCOWY
57 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,6g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,05g, TŁUSZCZ 0,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 12,2g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	POMARAŃCZA 70g
29 kcal	

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	ZUPA GROCHOWA /Alergeny: 5,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1176 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 42,47g, TŁUSZCZ 26,59g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 197,39g, SÓD 340,31mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	ZUPA GROCHOWA /Alergeny: 5,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1176 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 42,47g, TŁUSZCZ 26,59g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 197,39g, SÓD 340,31mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	ZUPA GROCHOWA /Alergeny: 5,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1176 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 42,47g, TŁUSZCZ 26,59g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 197,39g, SÓD 340,31mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g
Dieta łatwostrawna 2	ZUPA KOPERKOWA DIETY /Alergeny: 5,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
893 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 27,31g, TŁUSZCZ 14,94g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 177,03g, SÓD 212,55mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	ZUPA KOPERKOWA 500ml /Alergeny: 5,7,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
955 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 28,07g, TŁUSZCZ 20,97g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 178,91g, SÓD 218,13mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4	ZUPA KOPERKOWA 500ml /Alergeny: 5,7,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
955 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 28,07g, TŁUSZCZ 20,97g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 178,91g, SÓD 218,13mg, Kw. tł. nasycone ogółem 4,1g
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	ZUPA KOPERKOWA DIETY /Alergeny: 5,1/, RISOTTO Z MIESEM I WARZYWAMI DIETY /Alergeny: 1,5,7/, SURÓWKA Z PEKIŃSKIEJ KAPUSTY 150g /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , JOGURT NATURALNY 150g /Alergeny: 7/
1034 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 28,31g, TŁUSZCZ 23,96g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 195,83g, SÓD 324,33mg, Kw. tł. nasycone ogółem 2,8g

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

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

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4 KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/

12 kcal WĘGLOWODANY OGÓŁEM 3,08g, SÓD 16mg

Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6 KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/

12 kcal WĘGLOWODANY OGÓŁEM 3,08g, SÓD 16mg

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1 HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, POMIDOR 100g , JABŁKO 1 szt.

765 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 22,2g, SÓD 552,47mg, TŁUSZCZ 23,27g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,68g

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1 HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, POMIDOR 100g , JABŁKO 1 szt.

765 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 22,2g, SÓD 552,47mg, TŁUSZCZ 23,27g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,68g

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1 HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, POMIDOR 100g , JABŁKO 1 szt.

765 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 22,2g, SÓD 552,47mg, TŁUSZCZ 23,27g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,68g

Dieta łatwostrawna 2 HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, POMIDOR 100g , JABŁKO 1 szt.

762 kcal BIAŁKO OGÓŁEM 18,14g, SÓD 540,47mg, TŁUSZCZ 23,07g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 125,78g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3 HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1,7/, JABŁKO 1 szt.

766 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 22,74g, SÓD 527,86mg, TŁUSZCZ 21,85g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,19g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , MAKARON NA MLEKU 350g /Alergeny: 1,3,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1,7/, JABŁKO 1 szt.
766 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 22,74g, SÓD 527,86mg, TŁUSZCZ 21,85g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,19g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z JAJ 70g /Alergeny: 7,3/, POMIDOR 100g , JABŁKO 1 szt.
536 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 9,12g, SÓD 598,57mg, TŁUSZCZ 16,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 92,38g