

## JADŁOSPIS NA 2023-11-14 (wtorek)

### Sniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
448 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,92g, SÓD 581,96mg, TŁUSZCZ 14,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,59g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
349 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,62g, SÓD 388,46mg, TŁUSZCZ 14,35g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 45,29g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
349 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 10,62g, SÓD 388,46mg, TŁUSZCZ 14,35g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 45,29g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
408 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,52g, SÓD 454,46mg, TŁUSZCZ 14,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 56,99g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
408 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,52g, SÓD 454,46mg, TŁUSZCZ 14,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 56,99g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
408 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 14,52g, SÓD 454,46mg, TŁUSZCZ 14,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 56,99g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , ROSZPONKA 20g
448 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 12,92g, SÓD 581,96mg, TŁUSZCZ 14,9g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 66,59g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g

### 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 MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PIECZEŃ ZE SZPINAKIEM 100g /Alergeny: 3,1,9,7/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1121 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 23,2g, TŁUSZCZ 19,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 132,9g, SÓD 313,94mg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,24g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PIECZEŃ ZE SZPINAKIEM 100g /Alergeny: 3,1,9,7/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
1121 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 23,2g, TŁUSZCZ 19,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 132,9g, SÓD 313,94mg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,24g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PIECZEŃ ZE SZPINAKIEM 100g /Alergeny: 3,1,9,7/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

1121 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 23,2g, TŁUSZCZ 19,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 132,9g, SÓD 313,94mg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,24g
<b>Dieta łatwostrawna 2</b>	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G ( GOTOWANY) /Alergeny: 7,1,3/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
773 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 32,81g, TŁUSZCZ 12,94g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,96g, SÓD 380,82mg
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G ( GOTOWANY) /Alergeny: 7,1,3/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
773 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 32,81g, TŁUSZCZ 12,94g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,96g, SÓD 380,82mg
<b>Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4</b>	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G ( GOTOWANY) /Alergeny: 7,1,3/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
773 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 32,81g, TŁUSZCZ 12,94g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 140,96g, SÓD 380,82mg
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>	ZUPA MAKARONOWA DIETY /Alergeny: 1,3,5,7/, ROLADKI DROBIOWE 100G /Alergeny: 5/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
756 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 35,47g, TŁUSZCZ 6,79g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 124,91g, SÓD 247,72mg

## Podwieczorek

<b>Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1</b>	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
<b>Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1</b>	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
<b>Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4</b>	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg

## Kolacja

<b>Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1</b>	KAKAO 250ml /Alergeny: 7,2/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
735 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 18,17g, TŁUSZCZ 24,45g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,24g, SÓD 400,35mg
<b>Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1</b>	KAKAO 250ml /Alergeny: 7,2/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 25 g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
661 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 17,92g, TŁUSZCZ 24,4g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 92,74g, SÓD 399,85mg
<b>Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1</b>	KAKAO 250ml /Alergeny: 7,2/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
735 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 18,17g, TŁUSZCZ 24,45g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,24g, SÓD 400,35mg
<b>Dieta łatwostrawna 2</b>	KAKAO 250ml /Alergeny: 7,2/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
735 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 18,17g, TŁUSZCZ 24,45g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,24g, SÓD 400,35mg
<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>	KAKAO 250ml /Alergeny: 7,2/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
735 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 18,17g, TŁUSZCZ 24,45g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,24g, SÓD 400,35mg
<b>Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4</b>	MLEKO 250ml /Alergeny: 7/, BUŁKA DROŻDZOWA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g /Alergeny: 7/
716 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 17,67g, TŁUSZCZ 23,45g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 108,39g, SÓD 512,85mg

Dieta z ograniczeniem  
łatwoprzyswajalnych  
węglowodanów 6

568 kcal

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO  
15g /Alergeny: 7/, SEREK WIEJSKI Z ZIOŁAMI 150g /Alergeny: 1,7/,  
RZODKIEWKA /Alergeny: 1/, SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 2/

BIAŁKO OGÓŁEM 29,57g, SÓD 641,96mg, TŁUSZCZ 18,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 71,24g