

JADŁOSPIS NA 2023-12-18 (poniedziałek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, MIÓD 25g

611 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 18,51g, TŁUSZCZ 24,57g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 78,74g, SÓD 885,73mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, MIÓD 25g

611 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 18,51g, TŁUSZCZ 24,57g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 78,74g, SÓD 885,73mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1

MIÓD 25g , KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/

611 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 18,51g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 78,74g, SÓD 885,73mg, TŁUSZCZ 24,57g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta łatwostrawna 2

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, MIÓD 25g

673 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,03g, TŁUSZCZ 24,67g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 96,24g, SÓD 877,73mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, MIÓD 25g

673 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,03g, TŁUSZCZ 24,67g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 96,24g, SÓD 877,73mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/, MIÓD 25g

673 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 16,03g, TŁUSZCZ 24,67g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 96,24g, SÓD 877,73mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER KANAPKOWY FAVITA W PLASTRACH /Alergeny: 7/, MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 1/

401 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 9,93g, SÓD 771,59mg, TŁUSZCZ 19,57g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 46,61g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,91g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,87g

Drugie śniadanie

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1

ROGALIKI 60g /Alergeny: 1,3/

196 kcal

Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1

ROGALIKI 60g /Alergeny: 1,3/

196 kcal

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4

ROGALIKI 60g /Alergeny: 1,3/

196 kcal

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

MANDARYNKA

29 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 0,42g, Błonnik pokarmowy 1,33g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,01g, SÓD 0,7mg, TŁUSZCZ 0,14g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 4,97g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 7,84g

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1

KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, MAKARON Z SOSEM BOLONES 350g /Alergeny: 1,3,7/, SKYR JOGURT OWOCOWY /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

1056 kcal
BIAŁKO OGÓŁEM 34,26g, TŁUSZCZ 31,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 161,27g, SÓD 174,37mg, Kw. tł. nasycone ogółem 2,45g

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1

KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, MAKARON Z SOSEM BOLONES 350g /Alergeny: 1,3,7/, JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/

1085 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 35,24g, TŁUSZCZ 31,89g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 165,47g, SÓD 174,37mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,01g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	MAKARON Z SOSEM BOLONES 350g /Alergeny: 1,3,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , JOGURT OWOCOWY 1szt. /Alergeny: 7/, KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/
1085 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 35,24g, TŁUSZCZ 31,89g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 165,47g, SÓD 174,37mg, Kw. tł. nasycone ogółem 3,01g
Dieta łatwostrawna 2	KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, MAKARON Z OWOCAMI 350g /Alergeny: 1,3,7/, JOGURT NATURALNY 1 szt. /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
859 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 24,21g, TŁUSZCZ 18,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 159,2g, SÓD 113,01mg
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, MAKARON Z OWOCAMI 350g /Alergeny: 1,3,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , JOGURT NATURALNY 1 szt. /Alergeny: 7/
859 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 24,21g, TŁUSZCZ 18,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 159,2g, SÓD 113,01mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, MAKARON Z OWOCAMI 350g /Alergeny: 1,3,7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , JOGURT NATURALNY 1 szt. /Alergeny: 7/
859 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 24,21g, TŁUSZCZ 18,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 159,2g, SÓD 113,01mg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	KOPERKOWA 450ML II /Alergeny: 5,7/, ROLADKI DROBIOWE 100G /Alergeny: 5/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY /Alergeny: 10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
799 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 35,43g, TŁUSZCZ 4,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 138,66g, SÓD 249,35mg

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/, KISIEL 250ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,10,11,12/
24 kcal	WĘGLOWODANY OGÓŁEM 6,16g, SÓD 32mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie 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 łatwo przyswajalnych 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 , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER ŻÓŁTY 25g /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
531 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 20,55g, SÓD 569,96mg, TŁUSZCZ 18,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,32g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER ŻÓŁTY 25g /Alergeny: 1,7/, SZYNKA DR 50g , RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
531 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 20,55g, SÓD 569,96mg, TŁUSZCZ 18,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,32g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER ŻÓŁTY 25g /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
531 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 20,55g, SÓD 569,96mg, TŁUSZCZ 18,65g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,32g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,3g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
511 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 9,93g, SÓD 528,58mg, TŁUSZCZ 19,55g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 72,79g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,7g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9,68g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
511 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 9,93g, SÓD 528,58mg, TŁUSZCZ 19,55g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 72,79g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,7g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9,68g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , RUCOLA 5g , MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g
511 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 9,93g, SÓD 528,58mg, TŁUSZCZ 19,55g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 72,79g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,7g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9,68g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER ŻÓŁTY 25g /Alergeny: 1,7/, RUCOLA 5g , SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 9/
440 kcal	BIAŁKO OGÓŁEM 19,37g, SÓD 581,96mg, TŁUSZCZ 18,85g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 48,92g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,4g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3g