

## JADŁOSPIS NA 2023-12-26 (wtorek)

### Śniadanie

|   |   |
|---|---|
| Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1<br>287 kcal   | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 11,81g, SÓD 69,05mg, TŁUSZCZ 15,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 25,88g  |
| Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1<br>287 kcal                                    | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 11,81g, SÓD 69,05mg, TŁUSZCZ 15,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 25,88g  |
| Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1<br>287 kcal                 | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 11,81g, SÓD 69,05mg, TŁUSZCZ 15,01g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 25,88g  |
| Dieta łatwostrawna 2<br>524 kcal  | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 19,85g, SÓD 483,35mg, TŁUSZCZ 16,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 75,92g |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3<br>524 kcal                                 | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 19,85g, SÓD 483,35mg, TŁUSZCZ 16,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 75,92g |
| Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4<br>524 kcal | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/, DŻEM 25 g<br>BIAŁKO OGÓŁEM 19,85g, SÓD 483,35mg, TŁUSZCZ 16,3g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 75,92g |
| Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6<br>213 kcal                     | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, TWAROŻEK Z NAT. PIETR. 70G II /Alergeny: 1,7/<br>BIAŁKO OGÓŁEM 11,56g, SÓD 68,55mg, TŁUSZCZ 14,96g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 8,38g              |

### Drugie śniadanie

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

### Obiad

|   |   |
|---|---|
| Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1<br>963 kcal                         | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, KOTLET MIELONY DROBIOWY 100g /Alergeny: 1,3/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml<br>BIAŁKO OGÓŁEM 38,71g, TŁUSZCZ 27,73g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 153,08g, SÓD 471,96mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,06g |
| Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1<br>963 kcal                    | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, KOTLET MIELONY DROBIOWY 100g /Alergeny: 1,3/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml<br>BIAŁKO OGÓŁEM 38,71g, TŁUSZCZ 27,73g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 153,08g, SÓD 471,96mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,06g |
| Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1<br>963 kcal | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, KOTLET MIELONY DROBIOWY 100g /Alergeny: 1,3/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml<br>BIAŁKO OGÓŁEM 38,71g, TŁUSZCZ 27,73g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 153,08g, SÓD 471,96mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,06g |

|   |   |
|---|---|
| Dieta łatwostrawna 2  | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G (GOTOWANY) I /Alergeny: 1,3,7/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml |
| 774 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 34,52g, TŁUSZCZ 11,08g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 141,05g, SÓD 393,21mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,66g   |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3                                 | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G (GOTOWANY) I /Alergeny: 1,3,7/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml |
| 774 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 34,52g, TŁUSZCZ 11,08g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 141,05g, SÓD 393,21mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,66g   |
| Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4 | ZUPA GRYSIKOWA DIETY 500ml II /Alergeny: 1,5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G (GOTOWANY) I /Alergeny: 1,3,7/, ZIEMNIAKI 200g , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml |
| 774 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 34,52g, TŁUSZCZ 11,08g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 141,05g, SÓD 393,21mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,66g   |
| Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6                      | PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G (GOTOWANY) VI /Alergeny: 1,3,7/, ZIEMNIAKI 200g  |
| 540 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 30,04g, TŁUSZCZ 7,5g, SÓD 105,03mg, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 83,1g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,6g  |
| <b>Podwieczorek</b>   |   |
| 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  |
| <b>Kolacja</b>  |   |
| Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1   | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS OWOCOWY  |
| 281 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 8,27g, SÓD 165,28mg, TŁUSZCZ 18,76g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 19,15g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g  |
| Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1                                    | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS OWOCOWY  |
| 281 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 8,27g, SÓD 165,28mg, TŁUSZCZ 18,76g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 19,15g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g  |
| 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 , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS OWOCOWY  |
| 281 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 8,27g, SÓD 165,28mg, TŁUSZCZ 18,76g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 19,15g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g  |
| Dieta łatwostrawna 2  | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS OWOCOWY   |
| 518 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 16,31g, SÓD 579,58mg, TŁUSZCZ 20,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,19g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g   |
| Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3                                 | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MUS OWOCOWY   |
| 518 kcal  | BIĄŁKO OGÓŁEM 16,31g, SÓD 579,58mg, TŁUSZCZ 20,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,19g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g   |
| Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4 | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS OWOCOWY   |

|  |   |
|--|---|
| 518 kcal   | BIĄŁKO OGÓŁEM 16,31g, SÓD 579,58mg, TŁUSZCZ 20,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 69,19g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,75g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g                         |
| Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6 | HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, MUS WARZYWNO- OWOCOWY 100g |
| 271 kcal   | BIĄŁKO OGÓŁEM 8,27g, SÓD 188,28mg, TŁUSZCZ 18,46g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 16,95g, Kw. tł. nasycone ogółem 3,7g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 9,68g                           |