

JADŁOSPIS NA 2024-01-01 (poniedziałek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, Ogórek kiszony 100g
201 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 8,86g, SÓD 805,01mg, TŁUSZCZ 14,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 8,43g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, Ogórek kiszony 100g
191 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 8,63g, SÓD 785,66mg, TŁUSZCZ 14,86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 6,3g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, Ogórek kiszony 100g
201 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 8,86g, SÓD 805,01mg, TŁUSZCZ 14,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 8,43g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta łatwostrawna 2	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, MIX SAŁAT 20G
417 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 15,67g, SÓD 496,96mg, TŁUSZCZ 16,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 54,44g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MARGARYNA 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, MIX SAŁAT 20G
358 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 15,58g, SÓD 513,76mg, TŁUSZCZ 9,6g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 54,38g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, MIX SAŁAT 20G
417 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 15,67g, SÓD 496,96mg, TŁUSZCZ 16,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 54,44g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, POŁĘDWICA SOPOCKA WIEPRZOWA 50g /Alergeny: 6,9/, Ogórek kiszony 100g
201 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 8,86g, SÓD 805,01mg, TŁUSZCZ 14,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 8,43g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,9g

Drugie śniadanie

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 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

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	POMIDOROWA Z RYŻEM 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA Z GROSZKIEM 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
872 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 38,51g, TŁUSZCZ 16,46g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 143,64g, SÓD 281,85mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,53g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	POMIDOROWA Z RYŻEM 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA Z GROSZKIEM 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml

872 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 38,51g, TŁUSZCZ 16,46g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 143,64g, SÓD 281,85mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,53g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	POMIDOROWA Z RYZEM 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA Z GROSZKIEM 150g , KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
872 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 38,51g, TŁUSZCZ 16,46g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 143,64g, SÓD 281,85mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,53g
Dieta łatwostrawna 2	POMIDOROWA Z RYZEM 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
804 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 34,24g, TŁUSZCZ 17,66g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 131,37g, SÓD 287,9mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,53g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	RYŻANKA 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
796 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,99g, TŁUSZCZ 19,63g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 129,23g, SÓD 293,89mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4	RYŻANKA 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100g II /Alergeny: 1,7/, ZIEMNIAKI 200G , MARCHEWKA GOTOWANA 200g /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
796 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,99g, TŁUSZCZ 19,63g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 129,23g, SÓD 293,89mg
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6	RYŻANKA 450ml II /Alergeny: 1,5,7/, BITKA SCHABOWA 100G VI /Alergeny: 7/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z MARCHEWKI I CHRZANU II /Alergeny: 7,12/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
785 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,42g, TŁUSZCZ 18,25g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 130,81g, SÓD 248,99mg

Podwieczorek

Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 4	JABŁKO PIECZONE 1 szt.
92 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg
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

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 30,56g, TŁUSZCZ 30,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,19g, SÓD 739,47mg, Kw. tł. nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g
Dieta podstawowa dla dzieci i młodzieży P1	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 30,56g, TŁUSZCZ 30,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,19g, SÓD 739,47mg, Kw. tł. nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g
Dieta podstawowa dla kobiet w ciąży lub w okresie laktacji C1	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 30,56g, TŁUSZCZ 30,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,19g, SÓD 739,47mg, Kw. tł. nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g
Dieta łatwostrawna 2	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 30,56g, TŁUSZCZ 30,05g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,19g, SÓD 739,47mg, Kw. tł. nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g

Dieta łatwostrawna z
ograniczeniem tłuszczu 3

820 kcal

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY
100g /Alergeny: 1/, MARGARYNA 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY
DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/

BIĄŁKO OGÓŁEM 30,47g, TŁUSZCZ 23,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,13g, SÓD 756,27mg, Kw. tł.
nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

820 kcal

KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, CHLEB PSZENNY
100g /Alergeny: 1/, MARGARYNA 15g /Alergeny: 7/, SER TWAROGOWY
DELISER /Alergeny: 7/, DŻEM 50g , SEREK HOMOGENIZOWANY /Alergeny: 7/

BIĄŁKO OGÓŁEM 30,47g, TŁUSZCZ 23,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 121,13g, SÓD 756,27mg, Kw. tł.
nasycone ogółem 7,6g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 20,18g

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

450 kcal

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZ 150 g /Alergeny: 1/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, SER ŻÓŁTY 50g /Alergeny: 1,7/, SER TWAROGOWY
DELISER /Alergeny: 7/, SKYR JOGURT OWOCOWY /Alergeny: 7/

BIĄŁKO OGÓŁEM 21,47g, SÓD 493,63mg, TŁUSZCZ 29,22g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,58g, Kw. tł.
nasycone ogółem 5,64g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,68g