

JADŁOSPIS NA 2024-01-09 (wtorek)

Śniadanie

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, SAŁATKA JARZYNOWO-MAKARONOWA I /Alergeny: 1,3,5,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 7/
468 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 21,43g, TŁUSZCZ 20,7g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 55,17g, SÓD 265,5mg, Kw. tł. nasycone ogółem 1,1g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,4g
Dieta łatwostrawna 2	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, SAŁATKA JARZYNOWO-MAKARONOWA II /Alergeny: 1,3,5,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 7/
699 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 23,09g, TŁUSZCZ 20,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,85g, SÓD 601,6mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,32g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, SAŁATKA JARZYNOWO-MAKARONOWA II /Alergeny: 1,3,5,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MARGARYNA 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 7/
640 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 23g, TŁUSZCZ 14,42g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,79g, SÓD 618,4mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,32g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	KAWA BIAŁA 250ml /Alergeny: 1,3,6,8,9,10,11,7/, SAŁATKA JARZYNOWO-MAKARONOWA II /Alergeny: 1,3,5,7/, BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 7/
699 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 23,09g, TŁUSZCZ 20,87g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,85g, SÓD 601,6mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,32g
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	HERBATA BEZ CUKRU 250ml , SAŁATKA JARZYNOWA Z MAKARONEM RAZOWYM /Alergeny: 1,3,5,7/, CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO 15g /Alergeny: 7/, SZYNKA DR 50g , MIX SAŁAT 20G /Alergeny: 7/
330 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 13,04g, SÓD 149,21mg, TŁUSZCZ 14,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 43,05g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,32g

Drugie śniadanie

Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie 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 łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	JABŁKO 1 szt.
92 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 0,8g, TŁUSZCZ 0,8g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 24,2g, SÓD 4mg

Obiad

Dieta podstawowa dla osób dorosłych 1	FASOLKA PO BRETOŃSKU Z CHLEBEM 300ml /Alergeny: 1,6,10/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml , POMARAŃCZA 70g
675 kcal	Kw. tł. nasycone ogółem 0,09g, BIĄŁKO OGÓŁEM 36,44g, TŁUSZCZ 27,67g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 72,27g, SÓD 481,85mg, Błonnik pokarmowy 1,33g, WĘGLOWODANY - SACHAROZA 4,97g
Dieta łatwostrawna 2	RYŻANKA 450ml 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
765 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 33,2g, TŁUSZCZ 12,86g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 141,55g, SÓD 400,67mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,6g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 450ml II /Alergeny: 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
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 37,45g, TŁUSZCZ 13,5g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 159,58g, SÓD 440,6mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,6g
Dieta z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 450ml II /Alergeny: 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
879 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 37,45g, TŁUSZCZ 13,5g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 159,58g, SÓD 440,6mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,6g
Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6	KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI 450ml II /Alergeny: 5,7/, PULPET DROBIOWY W SOSIE 100G (GOTOWANY) VI /Alergeny: 1,3,7/, ZIEMNIAKI 200g , SURÓWKA Z MARCHEWKI II /Alergeny: 7/, KOMPOT BEZ CUKRU 250 ml
926 kcal	BIĄŁKO OGÓŁEM 39,96g, TŁUSZCZ 13,92g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 167,33g, SÓD 321,05mg, Kw. tł. nasycone ogółem 0,6g

Podwieczorek

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/

222 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

BUDYŃ 250 ml /Alergeny: 1,3,6,7,9,11,12/

222 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 7,56g, TŁUSZCZ 5,06g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 36,77g

Kolacja

Dieta podstawowa dla osób
dorosłych 1

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB ZW 100g /Alergeny: 1/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, PASTA Z SERA BIAŁEGO, TUŃCZYKA 70G II /Alergeny:
1,7,4/, Ogórek kiszony 100g , DŻEM 25 g , WAFEL RYŻOWY , MIÓD 25g

419 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 15,59g, SÓD 779,64mg, TŁUSZCZ 15,31g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 54,78g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,07g

Dieta łatwostrawna 2

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, PASTA Z SERA BIAŁEGO, TUŃCZYKA 70G II /Alergeny:
1,7,4/, POMIDOR BEZ SKÓRKI 50G , DŻEM 25 g , WAFEL RYŻOWY , MIÓD
25g

657 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 16,72g, SÓD 431,71mg, TŁUSZCZ 16,41g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,78g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,07g

Dieta łatwostrawna z
ograniczeniem tłuszczu 3

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/,
MARGARYNA 15g /Alergeny: 7/, PASTA Z SERA BIAŁEGO, TUŃCZYKA 70G
II /Alergeny: 1,7,4/, POMIDOR BEZ SKÓRKI 50G , DŻEM 25 g , WAFEL
RYŻOWY , MIÓD 25g

598 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 16,63g, SÓD 448,51mg, TŁUSZCZ 9,96g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,72g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,07g

Dieta z ograniczeniem
substancji pobudzających
wydzielanie soku żołądkowego 4

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , BUŁKA ZWYKŁA 100g /Alergeny: 1,3/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, PASTA Z SERA BIAŁEGO, TUŃCZYKA 70G II /Alergeny:
1,7,4/, POMIDOR BEZ SKÓRKI 50G , DŻEM 25 g , WAFEL RYŻOWY , MIÓD
25g

657 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 16,72g, SÓD 431,71mg, TŁUSZCZ 16,41g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 110,78g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 0,12g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,07g

Dieta z ograniczeniem
łatwoprzyswajalnych
węglowodanów 6

HERBATA BEZ CUKRU 250ml , CHLEB RAZOWY 100g /Alergeny: 1/, MASŁO
15g /Alergeny: 7/, PASTA Z SERA BIAŁEGO, TUŃCZYKA 70G II /Alergeny:
1,7,4/, Ogórek kiszony 100g , SOK WARZYWNY 1 SZT. /Alergeny: 9/

252 kcal

BIAŁKO OGÓŁEM 15,36g, SÓD 826,81mg, TŁUSZCZ 15,54g, WĘGLOWODANY OGÓŁEM 13,42g,
WĘGLOWODANY - SACHAROZA 3,05g, Kw. tł. nasycone ogółem 0,1g