

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 25.12-31.12.2023

PONIEDZIAŁEK 25.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) wędlina 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1-pszenica,3,7) herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet mielony 100g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 100g (7,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) wędlina 50g (6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2433 kcal Białko ogółem 91.08 g Tłuszcz 77.86 g Węglowodany ogółem 344.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) wędlina 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1-pszenica,3,7) herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie własnym 150g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) wędlina 50g (6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2310 kcal Białko ogółem 89.40 g Tłuszcz 68.19 g Węglowodany ogółem 340.69 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) wędlina 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1-pszenica,3,7) herbata		Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 100g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 100g (9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) wędlina 50g (6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2048 kcal Białko ogółem 87.64 g Tłuszcz 50.83 g Węglowodany ogółem 316.32 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) wędlina 50g (6) banan 1szt herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/sosu 100g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 100g (7,9) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) wędlina 50g (6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 1946 kcal Białko ogółem 84.03 g Tłuszcz 57.71 g Węglowodany ogółem 272.04 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) wędlina 50g (6) banan 1szt herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Krupnik 250ml (1-jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie własnym 150g (1-pszenica,3,7) surówka z selera 100g (7,9) herbata	ciasto 80g (1-pszenica,3,7)	chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) wędlina 50g (6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2426 kcal Białko ogółem 105.94 g Tłuszcz 73.43 g Węglowodany ogółem 337.99 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

WTOREK 26.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (6) ciasto 80g (1- pszenica,3,7) jabłko 1szt herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet schabowy 100g (1- pszenica,3) Surówka z buraczków 100g Herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica, 6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2220 kcal Białko ogółem 89.55 g Tłuszcz 84.54 g Węglowodany ogółem 297.88 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (6) ciasto 80g (1- pszenica,3,7) jabłko 1szt herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica, 6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2161 kcal Białko ogółem 88.24 g Tłuszcz 78.95 g Węglowodany ogółem 299.92 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wędzarsza 50g (6) ciasto 80g (1- pszenica,3,7) jabłko 1szt herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany b/s 100g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica, 6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 1984 kcal Białko ogółem 84.04 g Tłuszcz 60.25 g Węglowodany ogółem 299.92 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (6) jabłko 1szt herbata	Kisiel 150g	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany b/s 100g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica, 6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 1834 kcal Białko ogółem 71.94 g Tłuszcz 71.89 g Węglowodany ogółem 241.68 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (6) jabłko 1szt jajko 1szt herbata	Kisiel 150g	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata	ciasto 80g (1- pszenica,3,7)	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica, 6) ćwikła 10g herbata	Wartość energetyczna 2300 kcal Białko ogółem 94.57 g Tłuszcz 84.54 g Węglowodany ogółem 312.46 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

ŚRODA 27.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOR EK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2102 kcal Białko ogółem 71.41 g Tłuszcz 74.11 g Węglowodany ogółem 291.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2108 kcal Białko ogółem 71.37 g Tłuszcz 73.37 g Węglowodany ogółem 298.20 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1896 kcal Białko ogółem 73.49 g Tłuszcz 47.27 g Węglowodany ogółem 301.58 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Budyń na mleku 200g (7) Suchary b/c 40g (1- pszenica)	Zupa jarzynowa 250ml (9) Ryż brązowy z jabłkiem 250g (7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1850 kcal Białko ogółem 62.75 g Tłuszcz 66.13 g Węglowodany ogółem 255.73 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Budyń na mleku 200g (7) Suchary 40g (1- pszenica)	Zupa jarzynowa 250ml (9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) ogórek 50g wędlina szynkowa 50g (1- pszenica, 6) herbata	Wartość energetyczna 2466 kcal Białko ogółem 98.31 g Tłuszcz 82.96 g Węglowodany ogółem 335.56 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

CZWARTEK 28.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Platki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 35g (1-pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt ser wypasiony 1/3szt (7) herbata		Zupa chłopska 250ml (1-pszenica,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2150 kcal Białko ogółem 89.97 g Tłuszcz 82.99 g Węglowodany ogółem 288.18 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Platki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt ser wypasiony 1/3szt (7) herbata		Zupa chłopska 250ml (1-pszenica,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2108 kcal Białko ogółem 89.95 g Tłuszcz 77.62 g Węglowodany ogółem 291.33 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Platki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt ser wypasiony 1/3szt (7) herbata		Zupa chłopska 250ml (1-pszenica,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 1950 kcal Białko ogółem 89.95 g Tłuszcz 60.06 g Węglowodany ogółem 291.33 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt ser wypasiony 1/3szt (7) herbata	pomarańcza 1szt	Zupa chłopska 250ml (1-pszenica,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2107 kcal Białko ogółem 77.36 g Tłuszcz 73.33 g Węglowodany ogółem 302.57 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Platki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt ser wypasiony 1/3szt (7) herbata	pomarańcza 1/2szt	Zupa chłopska 250ml (1-pszenica,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) wędlina 50g (1-pszenica,6) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2525 kcal Białko ogółem 103.48 g Tłuszcz 91.30 g Węglowodany ogółem 346.43 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

PIĄTEK 29.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta rybna z fileta śledziowego 70g (1- pszenica,3;4) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2080 kcal Białko ogółem 91.09 g Tłuszcz 71.28 g Węglowodany ogółem 282.02 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2117 kcal Białko ogółem 89.59 g Tłuszcz 72.35 g Węglowodany ogółem 296.86 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z jabłkiem 250g (1- pszenica) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) sałata lodowa 1/8szt serek wiejski 1szt (7) herbata	Wartość energetyczna 1943 kcal Białko ogółem 85.94 g Tłuszcz 47.96 g Węglowodany ogółem 314.43 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1845 kcal Białko ogółem 82.21 g Tłuszcz 71.05 g Węglowodany ogółem 231.08 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3) pomidor 30g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2332 kcal Białko ogółem 103.84 g Tłuszcz 86.50 g Węglowodany ogółem 301.99 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

SOBOTA 30.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser topiony 50g (7) pomidor 50g jabłko 1szt herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1- pszenica,6,7)		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) Szynka gotowana 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2272 kcal Białko ogółem 90.27 g Tłuszcz 75.14 g Węglowodany ogółem 331.84 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) serek topiony krążek 2szt (7) pomidor 50g jabłko 1szt herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka fileta w sosie 100g(1- pszenica,7,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10)		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) Szynka gotowana 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2089 kcal Białko ogółem 88.71 g Tłuszcz 71.38 g Węglowodany ogółem 299.73 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) pomidor 50g jabłko 1szt herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka fileta b/s 100g (9) surówka z selera 100g (7,9)		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) Szynka gotowana 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1874 kcal Białko ogółem 90.09 g Tłuszcz 50.69 g Węglowodany ogółem 291.03 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek topiony krążek 2szt (7) pomidor 50g jabłko 1szt herbata	Wafle ryżowe 40g, serek wiejski 1szt (7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka fileta b/s 100g (9) surówka z selera 100g (3,7,9,10)		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) Szynka gotowana 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1795 kcal Białko ogółem 87.32 g Tłuszcz 55.96 g Węglowodany ogółem 255.99 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser topiony 50g (7) pomidor 50g jabłko 1szt herbata	Wafle ryżowe 50g	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka fileta w sosie 100g(1- pszenica,7,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wiejski 1szt (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) Szynka gotowana 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2367 kcal Białko ogółem 108.42 g Tłuszcz 77.25 g Węglowodany ogółem 329.53 g

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

NIEDZIELA 31.12.2023

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (1-pszenica, 6) ogórek 50g ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata	Wartość energetyczna 2272 kcal Białko ogółem 111.10 g Tłuszcz 79.26 g Węglowodany ogółem 283.33 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (1-pszenica, 6) ogórek 50g ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata	Wartość energetyczna 2213 kcal Białko ogółem 104.95 g Tłuszcz 74.96 g Węglowodany ogółem 288.26 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g sałata z olejem 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wędzarsza 50g (1-pszenica, 6) ogórek 50g ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata	Wartość energetyczna 2043 kcal Białko ogółem 99.98 g Tłuszcz 58.13 g Węglowodany ogółem 286.84 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Suchary b/c 40g 1-pszenica) jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (1-pszenica, 6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1906 kcal Białko ogółem 90.30 g Tłuszcz 69.20 g Węglowodany ogółem 231.04 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Suchary b/c 40g 1-pszenica) jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g sałata ze śmietaną 50g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) sałatka grecka 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g (1-pszenica, 6) ogórek 50g ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata	Wartość energetyczna 2526 kcal Białko ogółem 112.65 g Tłuszcz 84.95 g Węglowodany ogółem 335.15 g

Sporządził dietetyk kliniczny Dziwisz Angelika, dietetyk Marta Lenczewska

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylenia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektyw Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004

ALERGENY

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartośćSO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne

OZNACZENIA WARTOŚCI

- E**- Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011(kcal),
B- Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,