

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 01.04-07.04.2024

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY 01.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZORE K	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g ćwikła 10g sałatka jarzynowa 100g (3,10) ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet schabowy 100g (1- pszenica,3) Surówka z marchewki 100g Herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 2102 kcal Białko ogółem 90.97 g Tłuszcz 75.64 g Węglowodany ogółem 285.57 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałatka jarzynowa 100g (3,10) ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 2083 kcal Białko ogółem 89.49 g Tłuszcz 75.01 g Węglowodany ogółem 286.42 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałatka jarzynowa z olejem 100g ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany b/s 90g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynkowa dębowa 50g mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 1960 kcal Białko ogółem 85.22 g Tłuszcz 62.36 g Węglowodany ogółem 286.29 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałatka jarzynowa z olejem 100g herbata	Suchary b/c 50g (1- pszenica,3,6,7)	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany b/s 90g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 1856 kcal Białko ogółem 80.15 g Tłuszcz 66.45 g Węglowodany ogółem 249.13 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałatka jarzynowa 100g (3,10) ciasto 80g (1-pszenica,3) herbata	Suchary 50g (1- pszenica,jęczmień, 6,7)	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) sałata 1/8szt	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 2339 kcal Białko ogółem 99.14 g Tłuszcz 84.54 g Węglowodany ogółem 316.20 g

WTOREK 02.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek 50g herbata		Koperkowa z ziemniakami 250ml (9) Makaron pszenny z jabłkiem 250g (1-pszemica,3) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2085 kcal Białko ogółem 75.01 g Tłuszcz 74.66 g Węglowodany ogółem 298.58 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek 50g herbata		Koperkowa z ziemniakami 250ml (9) Makaron pszenny z jabłkiem 250g (1-pszemica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2091 kcal Białko ogółem 74.97 g Tłuszcz 73.92 g Węglowodany ogółem 304.88 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek 50g herbata		Koperkowa z ziemniakami 250ml (9) Makaron pszenny z jabłkiem 250g (1-pszemica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2035 kcal Białko ogółem 75.61 g Tłuszcz 56.74 g Węglowodany ogółem 329.34 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszemica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Koperkowa z ziemniakami 250ml (9) Makaron razowy z jabłkiem 250g (1-pszemica) herbata		chleb żytni 105g (1-pszemica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1934 kcal Białko ogółem 70.33 g Tłuszcz 73.10 g Węglowodany ogółem 264.45 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Koperkowa z ziemniakami 250ml (9) Makaron pszenny z jabłkiem 250g (1-pszemica,3) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) ser żółty 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2348 kcal Białko ogółem 107.11 g Tłuszcz 90.21 g Węglowodany ogółem 315.31 g

ŚRODA 03.04.2024

	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) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy z warzywami 250g (1-pszenica,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100g (3,4,10) herbata	Wartość energetyczna 2110 kcal Białko ogółem 96.45 g Tłuszcz 70.04 g Węglowodany ogółem 283.85 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy z warzywami 250g (1-pszenica,9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 2042 kcal Białko ogółem 88.65 g Tłuszcz 66.55 g Węglowodany ogółem 285.55 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy z warzywami 250g (1-pszenica,9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka ziemniaczana z olejem 100g herbata	Wartość energetyczna 1984 kcal Białko ogółem 88.32 g Tłuszcz 59.56 g Węglowodany ogółem 287.30 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	Zupa jarzynowa 250ml (9) ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy z warzywami 250g (1-pszenica,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 1864 kcal Białko ogółem 74.34 g Tłuszcz 61.47 g Węglowodany ogółem 257.76 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy z warzywami 250g (1-pszenica,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) pierś z indyka 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 2326 kcal Białko ogółem 101.43 g Tłuszcz 75.19 g Węglowodany ogółem 319.70 g

CZWARTEK 04.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZORE K	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 35g (1- pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) Jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g dżem 25g herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet mielony 100g (1- pszenica,3) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) Krakowska parzona 50g(6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2241 kcal Białko ogółem 90.19 g Tłuszcz 67.59 g Węglowodany ogółem 298.04 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g dżem 25g herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1- pszenica,3,7) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) Krakowska parzona 50g(6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2136 kcal Białko ogółem 87.80 g Tłuszcz 63.08 g Węglowodany ogółem 286.48 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g dżem 25g herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 90g (1- pszenica,3) surówka z selera b/majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) Krakowska parzona 50g(6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2016 kcal Białko ogółem 87.23 g Tłuszcz 50.73 g Węglowodany ogółem 284.26 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 roszponka 20g serek krążek 1szt (7) herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/sosu 90g (1- pszenica,3) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) Krakowska parzona 50g(6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1940 kcal Białko ogółem 72.64 g Tłuszcz 66.72 g Węglowodany ogółem 240.95 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g dżem 25g herbata	Budyń na mleku 200g (7)	Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1- pszenica,3,7) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) Krakowska parzona 50g(6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2459 kcal Białko ogółem 103.71 g Tłuszcz 75.99 g Węglowodany ogółem 319.50 g

PIĄTEK 05.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś z indyka 50g rzodkiew biała 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) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 30g herbata	Wartość energetyczna 2169 kcal Białko ogółem 92.37 g Tłuszcz 71.35 g Węglowodany ogółem 303.09 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pierś z indyka 50g rzodkiew biała 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 30g herbata	Wartość energetyczna 2082 kcal Białko ogółem 85.64 g Tłuszcz 68.66 g Węglowodany ogółem 301.06 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś z indyka 50g rzodkiew biała 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) sałata lodowa 30g herbata	Wartość energetyczna 2003 kcal Białko ogółem 96.01 g Tłuszcz 62.93 g Węglowodany ogółem 295.71 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pierś z indyka 50g rzodkiew biała 50g herbata	Jabłko 1szt	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 30g herbata	Wartość energetyczna 1886 kcal Białko ogółem 73.19 g Tłuszcz 70.41 g Węglowodany ogółem 253.60 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś z indyka 50g rzodkiew biała 50g herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsnym 250g (1- pszenica,3) herbata	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) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 30g herbata	Wartość energetyczna 2372 kcal Białko ogółem 103.70 g Tłuszcz 80.13 g Węglowodany ogółem 328.24 g

SOBOTA 06.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g bigos 200g (6) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z papryką 100g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1956 kcal Białko ogółem 88.50 g Tłuszcz 63.83 g Węglowodany ogółem 298.54 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuca fileta w sosie 150g(1- pszenica,7,9) surówka marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2025 kcal Białko ogółem 97.25 g Tłuszcz 76.01 g Węglowodany ogółem 283.22 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuca fileta b/s 90g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1880 kcal Białko ogółem 98.39 g Tłuszcz 62.99 g Węglowodany ogółem 274.83 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata	Suchary b/c 50g (1- pszenica,3,6,7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuca fileta b/s 90g surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z papryką 100g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1854 kcal Białko ogółem 91.33 g Tłuszcz 61.27 g Węglowodany ogółem 273.45 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata	Kisiel 200g	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuca fileta w sosie 150g(1- pszenica,7,9) surówka marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) krakowska parzona 50g (6)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2361 kcal Białko ogółem 104.92 g Tłuszcz 84.05 g Węglowodany ogółem 296.96 g

NIEDZIELA 07.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 30g Jabłko 1szt herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszemica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2086 kcal Białko ogółem 94.77 g Tłuszcz 72.83 g Węglowodany ogółem 266.42 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 30g Jabłko 1szt herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszemica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2126 kcal Białko ogółem 95.83 g Tłuszcz 71.96 g Węglowodany ogółem 280.29 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 30g Jabłko 1szt herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszemica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszemica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2013 kcal Białko ogółem 95.83 g Tłuszcz 59.40 g Węglowodany ogółem 280.29 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszemica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 30g Jabłko 1szt herbata	Wafle ryżowe 50g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszemica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszemica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1922 kcal Białko ogółem 79.92 g Tłuszcz 66.70 g Węglowodany ogółem 250.81 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszemica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 30g Jabłko 1szt herbata	Wafle ryżowe 50g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszemica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszemica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2417 kcal Białko ogółem 102.46 g Tłuszcz 83.78 g Węglowodany ogółem 315.75 g

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,