

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 15.01-21.01.2024

PONIEDZIAŁEK 15.01.2024

	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) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 250g surówka z marchewki 100g		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2007 kcal Białko ogółem 98.42 g Tłuszcz 68.02 g Węglowodany ogółem 275.52 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 250g surówka z marchewki 100g		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2013 kcal Białko ogółem 98.38 g Tłuszcz 67.28 g Węglowodany ogółem 281.82 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 250g surówka z marchewki 100g		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1945 kcal Białko ogółem 98.38 g Tłuszcz 59.72 g Węglowodany ogółem 281.82 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	Budyń na mleku 200g (7) jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 250g surówka z marchewki 100g		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1828 kcal Białko ogółem 85.47 g Tłuszcz 64.06 g Węglowodany ogółem 250.46 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Budyń na mleku 200g (7) jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 250g surówka z marchewki 100g	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) pierś gotowana z indyka 50g ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2340 kcal Białko ogółem 112.71 g Tłuszcz 83.25 g Węglowodany ogółem 312.15 g

WTOREK 16.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 35g (1-pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Makaron z serem i brzoskwiniami 250g (1-pszenica,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 100g (6) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2232 kcal Białko ogółem 86.32 g Tłuszcz 70.90 g Węglowodany ogółem 316.89 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Makaron z serem i brzoskwiniami 250g (1-pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) pomidor 50g miód 25g herbata	Wartość energetyczna 2018 kcal Białko ogółem 76.53 g Tłuszcz 64.46 g Węglowodany ogółem 287.60 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Makaron z serem i brzoskwiniami 250g (1-pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) pomidor 50g miód 25g herbata	Wartość energetyczna 1950 kcal Białko ogółem 76.53 g Tłuszcz 56.90 g Węglowodany ogółem 287.60 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Suchary b/c 50g (1-pszenica) kefir 1szt (7)	Zupa jarzynowa 250ml (9) Makaron razowy z serem 250g (1-pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1855 kcal Białko ogółem 73.91 g Tłuszcz 63.01 g Węglowodany ogółem 244.29 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Suchary 50g (1-pszenica) kefir 1szt (7)	Zupa jarzynowa 250ml (9) Makaron z serem i brzoskwiniami 250g (1-pszenica,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 gotowana 50g (6,9) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2347 kcal Białko ogółem 94.45 g Tłuszcz 75.72 g Węglowodany ogółem 320.91 g

ŚRODA 17.01.2023

	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) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2222 kcal Białko ogółem 81.61 g Tłuszcz 82.06 g Węglowodany ogółem 312.82 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2228 kcal Białko ogółem 81.57 g Tłuszcz 81.32 g Węglowodany ogółem 319.12 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) rzodkiewka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera b/majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2060 kcal Białko ogółem 83.06 g Tłuszcz 61.48 g Węglowodany ogółem 320.43 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	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1961 kcal Białko ogółem 78.92 g Tłuszcz 79.91 g Węglowodany ogółem 253.15 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) wędlina krakowska parzona 50g (6) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2618 kcal Białko ogółem 106.05 g Tłuszcz 93.91 g Węglowodany ogółem 319.37 g

CZWARTEK 18.01.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 35g (1-pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g dżem 25g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet smażony 100g (1-pszenica,3) Surówka z czerwonej kapusty 100g Herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2079 kcal Białko ogółem 94.05 g Tłuszcz 79.49 g Węglowodany ogółem 270.98 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g dżem 25g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) pulpet drobiowy 150g w sosie (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1977 kcal Białko ogółem 92.16 g Tłuszcz 70.05 g Węglowodany ogółem 270.05 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g dżem 25g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) pulpet drobiowy 150g b/sosu (1-pszenica,3) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1879 kcal Białko ogółem 91.39 g Tłuszcz 60.59 g Węglowodany ogółem 267.00 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g serek krążek 1szt (7) herbata	Banan 1szt	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) pulpet drobiowy 150g b/sosu (1-pszenica,3) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1866 kcal Białko ogółem 75.07 g Tłuszcz 64.79 g Węglowodany ogółem 262.68 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g dżem 25g herbata	Banan 1szt	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) pulpet drobiowy 150g w sosie (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z buraczków 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) twaróg z koperkiem 75g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2386 kcal Białko ogółem 107.48 g Tłuszcz 77.63 g Węglowodany ogółem 335.88 g

PIĄTEK 19.01.2024

	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) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) ogórek 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 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2113 kcal Białko ogółem 91.65 g Tłuszcz 71.02 g Węglowodany ogółem 289.72 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) ogórek 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) jajko 1szt (3) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2040 kcal Białko ogółem 87.68 g Tłuszcz 65.78 g Węglowodany ogółem 290.19 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) ogórek 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z jabłkiem 250g (1- pszenica) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1936 kcal Białko ogółem 77.73 g Tłuszcz 48.37 g Węglowodany ogółem 319.66 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) ogórek 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	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) jajko 1szt (3) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1824 kcal Białko ogółem 72.00 g Tłuszcz 59.69 g Węglowodany ogółem 259.32 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) ogórek 50g herbata	Budyń na mleku 200g (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) szynka wojskowa 50g pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2281 kcal Białko ogółem 100.12 g Tłuszcz 75.68 g Węglowodany ogółem 316.21 g

SOBOTA 20.01.2024

	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) ser żółty 50g (7) papryka 30g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g kielbasa bukowa w kapuście 250g		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztetowa 50g (1- pszenica,6,7,10) ogórki kiszane 50g herbata	Wartość energetyczna 2055 kcal Białko ogółem 75.87 g Tłuszcz 78.36 g Węglowodany ogółem 263.49 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 30g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie 150g(1- pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7)		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2070 kcal Białko ogółem 92.12 g Tłuszcz 70.95 g Węglowodany ogółem 270.94 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 30g herbata		Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/s 80g (9) sałata z olejem 50g		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2011 kcal Białko ogółem 91.76 g Tłuszcz 62.39 g Węglowodany ogółem 273.25 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 30g herbata	Serek wiejski 1szt (7) jabłko 1szt	Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/s 80g (9) sałata ze śmietaną 50g (7)		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1908 kcal Białko ogółem 86.38 g Tłuszcz 68.89 g Węglowodany ogółem 235.41 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) papryka 30g herbata	Jabłko 1szt	Zupa krupnik 250ml (1-jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie 150g(1- pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wiejski 1szt (7) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2332 kcal Białko ogółem 109.82 g Tłuszcz 82.46 g Węglowodany ogółem 291.57 g

NIEDZIELA 21.01.2024

	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) szynka wojskowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 20g herbata	Wartość energetyczna 2166 kcal Białko ogółem 106.54 g Tłuszcz 84.95 g Węglowodany ogółem 247.37 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 20g herbata	Wartość energetyczna 2172 kcal Białko ogółem 106.50 g Tłuszcz 84.21 g Węglowodany ogółem 253.67 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wojskowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 20g herbata	Wartość energetyczna 2005 kcal Białko ogółem 104.62 g Tłuszcz 66.61 g Węglowodany ogółem 253.45 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g pomidor 50g herbata	Suchary b/c 50g (1-pszenica)	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 20g herbata	Wartość energetyczna 1979 kcal Białko ogółem 92.91 g Tłuszcz 79.67 g Węglowodany ogółem 221.81 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g pomidor 50g herbata	kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 250g surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) sałata 1/8szt	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 20g herbata	Wartość energetyczna 2382 kcal Białko ogółem 118.06 g Tłuszcz 93.58 g Węglowodany ogółem 271.06 g

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

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 z 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 zawartość SO₂ 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,