

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek”

PONIEDZIAŁEK 06.05.2024

	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) szynka wojskowa 80g marchewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100g (3,4,10) szczypiorek 10g herbata	Wartość energetyczna 2054 kcal Białko ogółem 72.91 g Tłuszcz 73.89 g Węglowodany ogółem 282.44 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka wojskowa 80g marchewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) szczypiorek 10g herbata	Wartość energetyczna 1955 kcal Białko ogółem 64.16 g Tłuszcz 66.23 g Węglowodany ogółem 286.96 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wojskowa 80g marchewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem 250g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka ziemniaczana z olejem 100g szczypiorek 10g herbata	Wartość energetyczna 1821 kcal Białko ogółem 67.33 g Tłuszcz 51.44 g Węglowodany ogółem 284.73 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 80g jajko 1 szt (3) marchewka 50g herbata	Kisiel 200g	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż brązowy z jabłkiem z polewą śmietanową b/cukru 250g (7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) ser żółty 50g (7) szczypiorek 10g herbata	Wartość energetyczna 1827 kcal Białko ogółem 62.42 g Tłuszcz 71.72 g Węglowodany ogółem 238.35 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 80g marchewka 50g herbata	Budyń na mleku 200g (7)	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wiejski 1 szt (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) szczypiorek 10g herbata	Wartość energetyczna 2190 kcal Białko ogółem 87.28 g Tłuszcz 76.27 g Węglowodany ogółem 296.84 g

WTOREK 07.05.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 35g (1- pszenica,żyto) bułka pszenna 1 szt (1- pszenica) masło 14g (7) serek topiony 50g (7) kefir 1 szt (7) pomidor 100g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1- pszenica,6) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2193 kcal Białko ogółem 96.39 g Tłuszcz 74.89 g Węglowodany ogółem 306.86 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1 szt (1- pszenica) masło 14g (7) miód 1szt kefir 1 szt (7) pomidor 100g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1997 kcal Białko ogółem 88.49 g Tłuszcz 67.47 g Węglowodany ogółem 283.12 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) bułka pszenna 1 szt (1- pszenica) miód 1szt kefir 1 szt (7) pomidor 100g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/sosu 90g surówka z selera b/majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1862 kcal Białko ogółem 88.31 g Tłuszcz 53.18 g Węglowodany ogółem 281.90 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kefir 1 szt (7) pomidor 100g serek krążek 2szt (7) herbata	Jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/sosu 90g surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1836 kcal Białko ogółem 79.84 g Tłuszcz 71.76 g Węglowodany ogółem 238.69 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) miód 1szt kefir 1 szt (7) pomidor 100g herbata	Wafle ryżowe 40g	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wypasiony 1/3szt (7) rzodkiewka 40g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (6,9) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2373 kcal Białko ogółem 97.08 g Tłuszcz 80.46 g Węglowodany ogółem 335.77 g

ŚRODA 08.05.2024

	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) jaja gotowane 1szt (3) sałata 1/8szt banan 1szt herbata		Jarzynowa 250ml (9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2241 kcal Białko ogółem 98.60 g Tłuszcz 69.68 g Węglowodany ogółem 307.34 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jaja gotowane 1szt (3) sałata 1/8szt banan 1szt herbata		Jarzynowa 250ml (9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2207 kcal Białko ogółem 94.06 g Tłuszcz 66.44 g Węglowodany ogółem 312.64 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) sałata 1/8szt banan 1szt herbata		Jarzynowa 250ml (9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1 szt (7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2106 kcal Białko ogółem 99.54 g Tłuszcz 50.70 g Węglowodany ogółem 317.07 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jaja gotowane 2szt (3) sałata 1/8szt herbata	Marchewka 100g	Jarzynowa 250ml (9) ryż brązowy gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1902 kcal Białko ogółem 81.70 g Tłuszcz 72.91 g Węglowodany ogółem 238.38 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jaja gotowane 1szt (3) sałata 1/8szt banan 1szt herbata	Suchary 40g (1- pszenica,jęczmień,6,7)	Jarzynowa 250ml (9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) krakowska parzona 50g (1- pszenica,6) pomidor 40g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2544 kcal Białko ogółem 106.14 g Tłuszcz 85.35 g Węglowodany ogółem 342.15 g

CZWARTEK 09.05.2024

	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) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g stek wieprzowy z cebulą 100g (1- pszenica) surówka z czerwonej kapusty 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 92.58 g Tłuszcz 72.44 g Węglowodany ogółem 286.93 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,3, 9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy w sosie 150g (1- pszenica,3,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1942 kcal Białko ogółem 89.90 g Tłuszcz 66.71 g Węglowodany ogółem 271.68 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) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,3, 9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy b/sosu 90g (1- pszenica,3) sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1866 kcal Białko ogółem 88,47 g Tłuszcz 60,39 g Węglowodany ogółem 267,34 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 80g papryka 50g herbata	Salatka z brokuła i jajek 100g (3,7)	Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,3, 9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy b/sosu 90g (1- pszenica,3 , surówka z czerwonej kapusty 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1837 kcal Białko ogółem 83.27 g Tłuszcz 66.92 g Węglowodany ogółem 246.11 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata	Salatka z brokuła i jajek 100g (3,7)	Zupa chłopska 250ml (1- pszenica,3, 9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy w sosie 150g (1- pszenica,3,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2293 kcal Białko ogółem 107.43 g Tłuszcz 85.98 g Węglowodany ogółem 296.34 g

PIĄTEK 10.05.2024

	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) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) roszponka 30 g 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) mandarynka 1 szt herbata	Wartość energetyczna 2186kcal Białko ogółem 92,71 g Tłuszcz 71,25 g Węglowodany ogółem 305,79 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) roszponka 30 g 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) pierś gotowana z indyka 50g mandarynka 1 szt herbata	Wartość energetyczna 2144 kcal Białko ogółem 85.71 g Tłuszcz 65.52 g Węglowodany ogółem 321.58 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) roszponka 30 g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z jabłkiem 250g (1- pszenica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g mandarynka 1 szt herbata	Wartość energetyczna 2065kcal Białko ogółem 90,06 g Tłuszcz 54,63 g Węglowodany ogółem 342,55 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) roszponka 30 g 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) pierś gotowana z indyka 80g mandarynka 1 szt herbata	Wartość energetyczna 1797 kcal Białko ogółem 83.13 g Tłuszcz 60.61 g Węglowodany ogółem 240.11 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) roszponka 30 g herbata	Kefir 1szt (7)	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) jajko 1szt (3) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś gotowana z indyka 50g mandarynka 1 szt herbata	Wartość energetyczna 2318kcal Białko ogółem 98,39 g Tłuszcz 76,21g Węglowodany ogółem 325,68 g

SOBOTA 11.05.2024

	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) pasztetowa 50g (1- pszenica,6,7,10) ogórki kiszzone 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1 szt (7) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2114 kcal Białko ogółem 95,79 g Tłuszcz 75,09 g Węglowodany ogółem 288,37 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies, 7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórki kiszzone 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1 szt (7) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2096kcal Białko ogółem 98,23 g Tłuszcz 70,45 g Węglowodany ogółem 295,16 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies, 7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórki kiszzone 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera b/majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1 szt (7) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 1971kcal Białko ogółem 98,36 g Tłuszcz 56,19g Węglowodany ogółem 295,85 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 80g (7,12) ogórki kiszzone 50g herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz drobiowy 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 wiejski 1 szt (7) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 1855 kcal Białko ogółem 82,96 g Tłuszcz 72,77 g Węglowodany ogółem 239,90 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies, 7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórki kiszzone 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz drobiowy 150g (1- pszenica,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka wędzarsza 50g sałata 1/3 szt	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1 szt (7) papryka czerwona 50g herbata	Wartość energetyczna 2406 kcal Białko ogółem 111,73 g Tłuszcz 81,50 g Węglowodany ogółem 330,03 g

NIEDZIELA 12.05.2024

	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) szynkowa dębowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2061 kcal Białko ogółem 91.25 g Tłuszcz 74.62 g Węglowodany ogółem 258.58 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2030 kcal Białko ogółem 91.15 g Tłuszcz 69.93 g Węglowodany ogółem 264.75 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynkowa dębowa 50g pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1855 kcal Białko ogółem 89.33 g Tłuszcz 51.28 g Węglowodany ogółem 264.66 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynkowa dębowa 80g pomidor 50g serek krążek 1szt (7) herbata	Jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1846 kcal Białko ogółem 78.33 g Tłuszcz 73.48 g Węglowodany ogółem 220.55 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynkowa dębowa 50g pomidor 50g herbata	Kisiel 200g suchary 50g (1- pszenica,jęczmień,6,7)	Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g 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) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2405 kcal Białko ogółem 99.63 g Tłuszcz 83.85 g Węglowodany ogółem 315.43 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,