

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 20.05-26.05.2024

PONIEDZIAŁEK 20.05.2024

	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) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g bigos 200g (6) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1- pszenica,3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 2077 kcal Białko ogółem 71.38 g Tłuszcz 68.12 g Węglowodany ogółem 298.10 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie 150g(1- pszenica,7,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1- pszenica,3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 2209 kcal Białko ogółem 91.35 g Tłuszcz 73.45 g Węglowodany ogółem 304.60 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/s 90g surówka z selera b/ majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka makaronowa b/ majonezu 100g (1- pszenica,3,6) herbata	Wartość energetyczna 2055 kcal Białko ogółem 87.16 g Tłuszcz 57.15 g Węglowodany ogółem 305.08 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g serek wypasiony 1/2szt (7) herbata	Kisiel 200g	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/s 90g surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1- pszenica,3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 1899 kcal Białko ogółem 66.28 g Tłuszcz 72.18 g Węglowodany ogółem 246.89 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g papryka 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień 9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie 150g(1- pszenica,7,9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1- pszenica,3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 2462 kcal Białko ogółem 101.68 g Tłuszcz 80.29 g Węglowodany ogółem 337.70 g

WTOREK 21.05.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 35g (1-pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt dżem 1szt herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet mielony 100g (1-pszenica,3) surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100g (3,4,10) herbata	Wartość energetyczna 2228 kcal Białko ogółem 94.50 g Tłuszcz 79.05 g Węglowodany ogółem 308.57 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt dżem 1szt herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1-pszenica,3,7) surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) herbata	Wartość energetyczna 2115 kcal Białko ogółem 86.47 g Tłuszcz 75.01 g Węglowodany ogółem 299.29 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt dżem 1szt herbata		Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 100g (1-pszenica,3) surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa z olejem 100g (3) herbata	Wartość energetyczna 1944 kcal Białko ogółem 85.57 g Tłuszcz 57.65 g Węglowodany ogółem 295.98 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt serek krążek 1szt (7) herbata	Marchewka 100g	Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 100g (1-pszenica,3) surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) krakowska parzona 40g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 1835 kcal Białko ogółem 75.20 g Tłuszcz 69.21 g Węglowodany ogółem 248.24 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g sałata 1/8szt dżem 1szt herbata	Suchary 50g (1-pszenica,jęczmień,6,7)	Ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1-pszenica,3,7) surówka z buraczków 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) herbata	Wartość energetyczna 2422 kcal Białko ogółem 104.08 g Tłuszcz 86.72 g Węglowodany ogółem 329.22 g

ŚRODA 22.05.2024

	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) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1- pszenica,6) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2174 kcal Białko ogółem 89.80 g Tłuszcz 72.30 g Węglowodany ogółem 297.12 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka mięsa w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1953 kcal Białko ogółem 87.78 g Tłuszcz 67.43 g Węglowodany ogółem 256.40 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) ogórek 50g herbata		Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka mięsa b/sosu 90g sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1865 kcal Białko ogółem 92.06 g Tłuszcz 56.62 g Węglowodany ogółem 253.98 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 2szt (3) ogórek 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka mięsa b/sosu 90g sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g szynka gotowana 50g (6,9) herbata	Wartość energetyczna 1814 kcal Białko ogółem 86.98 g Tłuszcz 61.84 g Węglowodany ogółem 233.62 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Jabłko 1szt jogurt naturalny 1szt (7)	Zupa jarzynowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g sztuka mięsa w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7) sałata ze śmietaną 50g (7) 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) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2355 kcal Białko ogółem 101.98 g Tłuszcz 75.69 g Węglowodany ogółem 281.33 g

CZWARTEK 23.05.2024

	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 banan 1szt 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) kielbasa żywiecka 50g (6) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2126 kcal Białko ogółem 68.57 g Tłuszcz 74.27 g Węglowodany ogółem 301.03 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 banan 1szt herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (6) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2105 kcal Białko ogółem 67.82 g Tłuszcz 73.69 g Węglowodany ogółem 299.98 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 banan 1szt herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska parzona 50g (6) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2132 kcal Białko ogółem 68.32 g Tłuszcz 57.93 g Węglowodany ogółem 300.18 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) ogórek kiszony 50g mandarynka 1szt herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż brązowy z jabłkiem 250g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 80g (6) sałata lodowa 1/8szt kefir 1szt (7) herbata	Wartość energetyczna 1877 kcal Białko ogółem 74.97 g Tłuszcz 74.16 g Węglowodany ogółem 230.55 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 banan 1szt herbata	Wafle ryżowe 50g	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) kielbasa żywiecka 50g (6) sałata lodowa 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2453 kcal Białko ogółem 89.04 g Tłuszcz 82.54 g Węglowodany ogółem 340.50 g

PIĄTEK 24.05.2024

	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) pierś z indyka 50g roszponka 30g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowo-mięsny 250g (1-pszenica,3,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta rybna z fileta śledziowego 70g (1-pszenica,3;4) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2029 kcal Białko ogółem 92.54 g Tłuszcz 66.86 g Węglowodany ogółem 286.12 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) pierś z indyka 50g roszponka 30g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowo-mięsny 250g (1-pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1986 kcal Białko ogółem 93.14 g Tłuszcz 61.34 g Węglowodany ogółem 290.36 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś z indyka 50g roszponka 30g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowo-mięsny 250g (1-pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1918 kcal Białko ogółem 93.14 g Tłuszcz 53.78 g Węglowodany ogółem 290.36 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pierś z indyka 50g roszponka 30g herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem szpinakowo-mięsny 250g (1-pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1814 kcal Białko ogółem 80.22 g Tłuszcz 62.10 g Węglowodany ogółem 248.89 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pierś z indyka 50g roszponka 30g herbata	Suchary 50g (1-pszenica,jęczmień,6,7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z sosem szpinakowo-mięsny 250g (1-pszenica,3,7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) ser krążek 2szt	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2336 kcal Białko ogółem 104.47 g Tłuszcz 80.53 g Węglowodany ogółem 319.89 g

SOBOTA 25.05.2024

	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) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g(1- pszenica,9) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2167 kcal Białko ogółem 81.95 g Tłuszcz 78.91 g Węglowodany ogółem 305.04 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) 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,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2123 kcal Białko ogółem 81.01 g Tłuszcz 77.61 g Węglowodany ogółem 300.95 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g(1- pszenica,9) surówka z selera 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1961 kcal Białko ogółem 79.27 g Tłuszcz 60.17 g Węglowodany ogółem 301.48 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g(1- pszenica,9) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1842 kcal Białko ogółem 69.77 g Tłuszcz 74.75 g Węglowodany ogółem 243.73 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7) jabłko 1szt	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) 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) szynka dębowa 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2357 kcal Białko ogółem 96.96 g Tłuszcz 83.97 g Węglowodany ogółem 327.93 g

NIEDZIELA 26.05.2024

	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) szynka wojskowa 50g rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z papryką 100g (6) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2057 kcal Białko ogółem 92.24 g Tłuszcz 68.26 g Węglowodany ogółem 274.86 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,,7,10) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2007 kcal Białko ogółem 83.27 g Tłuszcz 74.31 g Węglowodany ogółem 258.58 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 rzodkiewka 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka ziemniaczana z olejem 100g sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1850 kcal Białko ogółem 82.88 g Tłuszcz 57.32 g Węglowodany ogółem 257.87 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g rzodkiewka 50g jabłko 1szt herbata	Sałatka z brokuła i jajek 100g (3)	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,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 ciecierzycy z papryką 100g (6) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 1887 kcal Białko ogółem 80.01 g Tłuszcz 67.06 g Węglowodany ogółem 245.89 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g rzodkiewka 50g herbata	Wafle ryżowe 50g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z marchewki 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) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) sałata 1/8szt herbata	Wartość energetyczna 2338 kcal Białko ogółem 98.15 g Tłuszcz 85.50 g Węglowodany ogółem 298.60 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,