

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 09.12-15.12.2024

PONIEDZIAŁEK 09.12.2024

	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) ser żółty 50g (7) miód 1 szt herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1- pszenica,7) brokuły gotowane 100g		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2142kcal Białko ogółem 97.99g Tłuszcz 72.77g Węglowodany ogółem 294.25g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) miód 1 szt herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1- pszenica,7) brokuły gotowane 100g		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2148kcal Białko ogółem 97.95g Tłuszcz 72.03g Węglowodany ogółem 300.55g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) miód 1 szt herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta b/sosu 90g brokuły gotowane 100g		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1939kcal Białko ogółem 100.52g Tłuszcz 49.89g Węglowodany ogółem 295.00g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) pomidor 50g herbata	Mandarynka 1szt	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta b/sosu 90g brokuły gotowane 100g		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 70g (1- pszenica,6) ogórek 50g jajko 1szt (3) herbata	Wartość energetyczna 1800 kcal Białko ogółem 97.95 g Tłuszcz 72.06 g Węglowodany ogółem 223.42 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) miód 1 szt herbata	Mandarynka 1szt	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie 150g (1- pszenica,7) brokuły gotowane 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) sałata 20g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2357kcal Białko ogółem 106.60g Tłuszcz 87.03g Węglowodany ogółem 306.82g

WTOREK 10.12.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Platki ryżowe 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 sałata 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1- pszenica,6,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100g (3,4,10) herbata	Wartość energetyczna 2152 kcal Białko ogółem 90.15 g Tłuszcz 69.72 g Węglowodany ogółem 315.47 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Platki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) Bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) buraczki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) herbata	Wartość energetyczna 2048 kcal Białko ogółem 87.58 g Tłuszcz 75.40 g Węglowodany ogółem 281.10 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Platki ryżowe 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 sałata 20g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/s 90g (9) buraczki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa z olejem 100g (3,9) herbata	Wartość energetyczna 1885 kcal Białko ogółem 81.33 g Tłuszcz 60.60 g Węglowodany ogółem 278.02 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 20g serek krążek 1szt (7) herbata	Kisiel 200g	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g schab gotowany b/sosu 90g (9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) szynka wędzarsza 50g herbata	Wartość energetyczna 1842 kcal Białko ogółem 81.07 g Tłuszcz 68.32 g Węglowodany ogółem 254.69 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Platki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 20g herbata	Suchary 50g (1- pszenica, jęczmień, 6,7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w sosie 150g (1- pszenica,7,9) buraczki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) rzodkiewka 40g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) herbata	Wartość energetyczna 2435 kcal Białko ogółem 99.37 g Tłuszcz 87.48 g Węglowodany ogółem 336.01 g

ŚRODA 11.12.2024

	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 z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (7,9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2191 kcal Białko ogółem 94.24 g Tłuszcz 76.13 g Węglowodany ogółem 289.38 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (7,9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2197 kcal Białko ogółem 94.20 g Tłuszcz 75.39 g Węglowodany ogółem 295.68 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (7,9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2047 kcal Białko ogółem 92.41 g Tłuszcz 59.56 g Węglowodany ogółem 295.59 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Jabłko 1szt	Jarzynowa 250ml (7,9) Ryż brązowy gotowany 200g potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1963 kcal Białko ogółem 90.38 g Tłuszcz 73.00 g Węglowodany ogółem 245.84 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata	wafle ryżowe 40g	Jarzynowa 250ml (7,9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) 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 2432 kcal Białko ogółem 98.78 g Tłuszcz 85.15 g Węglowodany ogółem 324.41 g

CZWARTEK 12.12.2024

	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) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) 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) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2053 kcal Białko ogółem 99.57 g Tłuszcz 78.67 g Węglowodany ogółem 258.62 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1905 kcal Białko ogółem 96.51 g Tłuszcz 69.06 g Węglowodany ogółem 248.55 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 90g (1-pszenica,3,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1807 kcal Białko ogółem 95.74 g Tłuszcz 59.60 g Węglowodany ogółem 245.50 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g serek krążek 2szt (7) herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet b/s 90g (1-pszenica,3,9) surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1834 kcal Białko ogółem 93.51 g Tłuszcz 72.04 g Węglowodany ogółem 219.41 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Kisiel 200g	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) jajko 1szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2178 kcal Białko ogółem 105.15 g Tłuszcz 77.82 g Węglowodany ogółem 285.44 g

PIĄTEK 13.12.2024

	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) pasztetowa 50g (1- pszenica,6,7,10) rzodkiew biała 50g 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) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2082 kcal Białko ogółem 86.07 g Tłuszcz 76.11 g Węglowodany ogółem 281.10 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiew biała 50g 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) ser żółty 50g (7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2092 kcal Białko ogółem 90.95 g Tłuszcz 76.02 g Węglowodany ogółem 281.97 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiew biała 50g 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) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1931 kcal Białko ogółem 97.30 g Tłuszcz 59.50 g Węglowodany ogółem 290.02 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiew biała 50g herbata	Marchewka 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) ser żółty 50g (7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1887 kcal Białko ogółem 85.71 g Tłuszcz 72.78 g Węglowodany ogółem 236.59 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiew biała 50g herbata	Banan 1szt	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) szynka konserwowa 50g (6,7) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2385 kcal Białko ogółem 100.03 g Tłuszcz 84.36 g Węglowodany ogółem 323.17 g

SOBOTA 14.12.2024

	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) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z papryką 100g (6) herbata	Wartość energetyczna 2116 kcal Białko ogółem 85.77 g Tłuszcz 66.35 g Węglowodany ogółem 304.51 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 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 z warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2017 kcal Białko ogółem 81.72 g Tłuszcz 69.00 g Węglowodany ogółem 295.02 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,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 z warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1877 kcal Białko ogółem 81.68 g Tłuszcz 51.45 g Węglowodany ogółem 294.83 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 kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z papryką 100g (6) herbata	Wartość energetyczna 1986 kcal Białko ogółem 81.57 g Tłuszcz 72.47 g Węglowodany ogółem 260.90 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony ½ szt (7) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7) suchary 50g (1- pszenica,jęczmień,6,7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) sałata 20g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2342 kcal Białko ogółem 98.93 g Tłuszcz 76.54g Węglowodany ogółem 334.41 g

NIEDZIELA 15.12.2024

	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) kanapkowa schabowa 50g (1-pszenica,6,10) pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2046 kcal Białko ogółem 99.27 g Tłuszcz 75.23 g Węglowodany ogółem 248.52 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) kanapkowa schabowa 50g (1-pszenica,6,10) pomidor 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1954 kcal Białko ogółem 98.61 g Tłuszcz 66.17 g Węglowodany ogółem 248.48 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kanapkowa schabowa 50g (1-pszenica,6,10) pomidor b/skóry 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/skóry 180g (9) sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1825 kcal Białko ogółem 89.28 g Tłuszcz 55.91 g Węglowodany ogółem 248.02 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kanapkowa schabowa 50g (1-pszenica,6,10) pomidor 50g herbata	Jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z kapusty białej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 2szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1874 kcal Białko ogółem 85.84 g Tłuszcz 73.64 g Węglowodany ogółem 220.07 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) kanapkowa schabowa 50g (1-pszenica,6,10) pomidor 50g herbata	Budyń na mleku 200g (7) jabłko 1szt	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) sałata ze śmietaną 50g (7) 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) jajko 1szt (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2210 kcal Białko ogółem 107.09 g Tłuszcz 75.64 g Węglowodany ogółem 281.35 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