

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 30.12.2024-05.01.2025

PONIEDZIAŁEK 30.12.2024

	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) ser żółty 50g (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Łazanki z kapustą kiszoną 250g (1- pszenica,3,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2057 kcal Białko ogółem 88.59 g Tłuszcz 71.92 g Węglowodany ogółem 282.79 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1968 kcal Białko ogółem 81.89 g Tłuszcz 66.80 g Węglowodany ogółem 281.76 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 60g (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1872 kcal Białko ogółem 73.41 g Tłuszcz 58.84 g Węglowodany ogółem 284.22 g
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	Marchewka z jabłkiem 100g	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Makaron razowy z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica;9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1859 kcal Białko ogółem 77.42 g Tłuszcz 62.54 g Węglowodany ogółem 261.27 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) dżem 1szt herbata	Suchary 50g (1- pszenica,3,6,7)	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) 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) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2281 kcal Białko ogółem 95.27 g Tłuszcz 81.39 g Węglowodany ogółem 310.36 g

WTOREK 31.12.2024

	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) twaróg z koperkiem 75g (7) roszponka 20g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet smażony 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) mandarynka 1szt ciasto 80g (1-pszenica,6,7) herbata	Wartość energetyczna 2371 kcal Białko ogółem 106.49 g Tłuszcz 79.55 g Węglowodany ogółem 331.04 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) roszponka 20g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) Surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) mandarynka 1szt ciasto 80g (1-pszenica,6,7) herbata	Wartość energetyczna 2298 kcal Białko ogółem 93.58 g Tłuszcz 77.71 g Węglowodany ogółem 332.85 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) roszponka 20g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa z olejem 100g (3,9) mandarynka 1szt ciasto 80g (1-pszenica,6,7) herbata	Wartość energetyczna 2157 kcal Białko ogółem 93.45 g Tłuszcz 62.25 g Węglowodany ogółem 332.59 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 112g (7) roszponka 20g herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) Surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) mandarynka 1szt herbata	Wartość energetyczna 1800 kcal Białko ogółem 78.23 g Tłuszcz 71.76 g Węglowodany ogółem 228.38 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) roszponka 20g herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Gulasz drobiowy 150g (1-pszenica,9) Surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) pomidor 30g	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) mandarynka 1szt ciasto 80g (1-pszenica,6,7) herbata	Wartość energetyczna 2451 kcal Białko ogółem 101.93 g Tłuszcz 88.24 g Węglowodany ogółem 336.44 g

ŚRODA 01.01.2025

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) połudwica sopocka 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1- pszenica,3,7) herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet mielony 100g (1- pszenica,3) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka dębowa 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2258 kcal Białko ogółem 95.42 g Tłuszcz 74.73 g Węglowodany ogółem 319.88 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) połudwica sopocka 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1- pszenica,3,7) herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w sosie 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka dębowa 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2167 kcal Białko ogółem 93.72 g Tłuszcz 69.75 g Węglowodany ogółem 312.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) połudwica sopocka 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1- pszenica,3,7) herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy b/s 90g (1- pszenica,3,9) buraczki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka dębowa 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2069 kcal Białko ogółem 94.27 g Tłuszcz 55.98 g Węglowodany ogółem 318.19 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) połudwica sopocka 80g (6) jabłko 1szt herbata	Kisiel 200g	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy b/s 90g (1- pszenica,3,9) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka dębowa 80g (1- pszenica,6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1863 kcal Białko ogółem 81.51 g Tłuszcz 68.35 g Węglowodany ogółem 249.51 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) połudwica sopocka 50g (6) banan 1szt ciasto 80g (1- pszenica,3,7) herbata	Kisiel 200g	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w sosie 150g (1- pszenica,3,7,9) buraczki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka grecka 100g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka dębowa 50g (1- pszenica,6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2395 kcal Białko ogółem 95.14 g Tłuszcz 86.22 g Węglowodany ogółem 328.95 g

CZWARTEK 02.01.2025

	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) serek wiejski 1szt (7) pomidor 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) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1966 kcal Białko ogółem 77.21 g Tłuszcz 70.36 g Węglowodany ogółem 276.60 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 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) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1972 kcal Białko ogółem 77.17 g Tłuszcz 69.62 g Węglowodany ogółem 282.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem 250g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1810 kcal Białko ogółem 75.97 g Tłuszcz 53.06 g Węglowodany ogółem 280.80 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	kefir 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) pasztet z kurczaka 80g (1- pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g jajko 1szt herbata	Wartość energetyczna 1698 kcal Białko ogółem 74.33 g Tłuszcz 65.63 g Węglowodany ogółem 221.22 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g 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) twaróg z koperkiem 75g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2300 kcal Białko ogółem 92.07 g Tłuszcz 81.18 g Węglowodany ogółem 319.77 g

PIĄTEK 03.01.2025

	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) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z serem 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 2065 kcal Białko ogółem 83.79 g Tłuszcz 70.79 g Węglowodany ogółem 290.25 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z serem 250g (1- pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2007 kcal Białko ogółem 81.57 g Tłuszcz 66.20 g Węglowodany ogółem 291.67 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z serem 250g (1- pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1939 kcal Białko ogółem 81.57 g Tłuszcz 58.64 g Węglowodany ogółem 291.67 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 50g serek krążek 1szt (7) herbata	Jabłko 1szt	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z serem 250g (1- pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 80g (1- pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1799 kcal Białko ogółem 78.03 g Tłuszcz 70.50 g Węglowodany ogółem 227.43 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) ogórek 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z serem 250g (1- pszenica,3,7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 1szt (3) 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 2221 kcal Białko ogółem 95.97 g Tłuszcz 80.35 g Węglowodany ogółem 296.44 g

SOBOTA 04.01.2025

	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) rzodkiewka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 100g (6) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2356 kcal Białko ogółem 89.92 g Tłuszcz 80.44 g Węglowodany ogółem 343.35 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) rzodkiewka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2062 kcal Białko ogółem 76.76 g Tłuszcz 73.75 g Węglowodany ogółem 299.11 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) rzodkiewka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1947 kcal Białko ogółem 78.13 g Tłuszcz 60.01 g Węglowodany ogółem 299.78 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) rzodkiewka 50g herbata	Jogurt naturalny 1szt (7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z fasoli 100g (6) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2001 kcal Białko ogółem 76.54 g Tłuszcz 72.50 g Węglowodany ogółem 283.51 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) rzodkiewka 50g herbata	suchary 50g (1- pszenica,jęczmień,6,7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Gulasz wieprzowy 150g (1- pszenica,9) surówka z marchewki 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka dębowa 50g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2361 kcal Białko ogółem 91.67 g Tłuszcz 84.93g Węglowodany ogółem 330.17 g

NIEDZIELA 05.01.2025

	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 ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) biała rzodkiew 50g herbata	Wartość energetyczna 1986 kcal Białko ogółem 100.30 g Tłuszcz 72.83g Węglowodany ogółem 254.15 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) biała rzodkiew 50g herbata	Wartość energetyczna 1992 kcal Białko ogółem 100.26 g Tłuszcz 72.09g Węglowodany ogółem 260.45 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 ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g (9) surówka z selera b/ majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) biała rzodkiew 50g herbata	Wartość energetyczna 1857 kcal Białko ogółem 100.27 g Tłuszcz 56.93 g Węglowodany ogółem 260.93 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) sałata 20g herbata	Kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) biała rzodkiew 50g herbata	Wartość energetyczna 1811 kcal Białko ogółem 82.99 g Tłuszcz 68.63 g Węglowodany ogółem 234.21 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) sałata 20g herbata	Kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) pasztet z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) biała rzodkiew 50g herbata	Wartość energetyczna 2203 kcal Białko ogółem 106.93 g Tłuszcz 84.33 g Węglowodany ogółem 275.64 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 uchylecia 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