

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 06.01-12.01.2025

PONIEDZIAŁEK 06.01.2025

	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) ser żółty 50g (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g kotlet schabowy 100g (1- pszenica,3) Buraczki 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2303 kcal Białko ogółem 96.82g Tłuszcz 78.37g Węglowodany ogółem 306.65g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,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) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2244 kcal Białko ogółem 95.51g Tłuszcz 72.78g Węglowodany ogółem 308.69g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) dżem 1szt herbata		Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany b/s 90g (9) Buraczki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2079 kcal Białko ogółem 82.51g Tłuszcz 58.48g Węglowodany ogółem 310.68g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) ogórek 50g herbata	Mandarynka 1szt	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany b/s 90g (9) surówka z kapusty kiszzonej 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska wędzona 80g (1- pszenica,6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1839kcal Białko ogółem 75.98g Tłuszcz 67.28g Węglowodany ogółem 231.97g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) dżem 1szt herbata	Mandarynka 1szt	Zupa krupnik 250ml (1- jęczmień,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) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska wędzona 50g (1- pszenica,6) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2392 kcal Białko ogółem 98.69g Tłuszcz 84.00g Węglowodany ogółem 313.85g

WTOREK 07.01.2025

	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 z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka śledziowa 100g (3,4,10) herbata	Wartość energetyczna 2008kcal Białko ogółem 84.01g Tłuszcz 79.53g Węglowodany ogółem 261.93g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 1893kcal Białko ogółem 76.47g Tłuszcz 69.87g Węglowodany ogółem 265.42g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g (1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka ziemniaczana z olejem 100g herbata	Wartość energetyczna 1790kcal Białko ogółem 76.14g Tłuszcz 57.88g Węglowodany ogółem 267.17g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) paszтет zapiekany 50g (7,12) pomidor 50g herbata	Kefir 1szt (7) jabłko 1szt	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron razowy z mięsem i warzywami 250g (1- pszenica,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 1988kcal Białko ogółem 82.69g Tłuszcz 68.67g Węglowodany ogółem 276.87g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1-owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) pomidor 50g herbata	Wafle ryżowe 50g kefir 1szt (7)	Zupa ziemniaczana 250ml (9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g (1- pszenica,3;9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka konserwowa 50g (6,7) sałata 1/8szt	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) herbata	Wartość energetyczna 2254kcal Białko ogółem 94.73g Tłuszcz 80.35g Węglowodany ogółem 309.50g

ŚRODA 08.01.2025

	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) jajko 1szt (3) papryka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 100g (6) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2110kcal Białko ogółem 84.88g Tłuszcz 70.36g Węglowodany ogółem 292.94g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) papryka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka konserwowa 50g (6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1993kcal Białko ogółem 82.90g Tłuszcz 70.46g Węglowodany ogółem 266.74g
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) papryka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka konserwowa 50g (6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1892kcal Białko ogółem 84.38g Tłuszcz 58.22g Węglowodany ogółem 267.57g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 1szt (3) papryka 50g herbata	Marchewka 100g	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Potrawka z kurczaka 150g (1- pszenica,7,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z ciecierzycy z ogórkiem kiszonym 100g (6) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1965kcal Białko ogółem 81.96g Tłuszcz 76.12g Węglowodany ogółem 247.03g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) papryka 50g herbata	Marchewka 100g Suchary 50g (1- pszenica,jęczmień,6, 7)	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 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) szynka konserwowa 50g (6,7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2334kcal Białko ogółem 92.28g Tłuszcz 85.63g Węglowodany ogółem 307.45g

CZWARTEK 09.01.2025

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Platki 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 sałata 20g miód 1szt 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) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2033kcal Białko ogółem 86.22g Tłuszcz 68.91g Węglowodany ogółem 274.61g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Platki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 20g miód 1szt herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy w sosie w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2033kcal Białko ogółem 83.34g Tłuszcz 69.74g Węglowodany ogółem 277.83g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Platki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 20g miód 1szt herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy b/s 90g (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z marchewki 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1845kcal Białko ogółem 82.57g Tłuszcz 50.28g Węglowodany ogółem 274.78g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYWAJALNYCH 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	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy b/s 90g (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1821 kcal Białko ogółem 71.75g Tłuszcz 67.13g Węglowodany ogółem 234.05g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Platki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g sałata 20g miód 1szt herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Pulpet drobiowy w sosie w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g 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) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2351kcal Białko ogółem 97.48g Tłuszcz 81.34 g Węglowodany ogółem 315.88g

PIĄTEK 10.01.2025

	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) kielbasa podwawelska 80g (9,10) musztarda 10g (10) mandarynka 1szt 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) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2290kcal Białko ogółem 98.95g Tłuszcz 78.30g Węglowodany ogółem 309.35g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) mandarynka 1szt 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) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2133kcal Białko ogółem 83.12g Tłuszcz 65.36g Węglowodany ogółem 322.05g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) mandarynka 1szt 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) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 1973kcal Białko ogółem 82.66g Tłuszcz 58.31g Węglowodany ogółem 299.26g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) jajko 1szt (3) mandarynka 1szt herbata	Jabłko 1szt	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) pasztet z kurczaka 80g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 1967kcal Białko ogółem 79.36g Tłuszcz 71.09g Węglowodany ogółem 264.79g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) mandarynka 1szt herbata	Wafle ryżowe 50g	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 2szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet z kurczaka 50g (1- pszenica,6,7) roszponka 20g herbata	Wartość energetyczna 2501kcal Białko ogółem 99.70g Tłuszcz 82.05g Węglowodany ogółem 355.45g

SOBOTA 11.01.2025

	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) serek wypasiony 1/2szt (7) pomidor 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajka 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2210kcal Białko ogółem 83.88g Tłuszcz 80.36g Węglowodany ogółem 309.52g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) pomidor 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7) surówka z selera 100g (3,7,9) herbata		chleb pszenno 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajka 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2152kcal Białko ogółem 82.83g Tłuszcz 77.56g Węglowodany ogółem 305.27g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) pomidor 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Klops gotowany b/s 90g (1- pszenica,3) surówka z selera z olejem 100g (9) herbata		chleb pszenno 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1994kcal Białko ogółem 83.54g Tłuszcz 60.93g Węglowodany ogółem 302.45g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) pomidor 50g herbata	Serek wiejski 1szt (7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Klops gotowany b/s 90g (1- pszenica,3) surówka z kapusty czerwonej 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajka 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1927kcal Białko ogółem 81.82g Tłuszcz 75.32g Węglowodany ogółem 251.71g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) pomidor 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1- jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1- pszenica,3,7) surówka z selera 100g (3,7,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) sałata 20g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajka 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2344kcal Białko ogółem 98.34g Tłuszcz 88.24g Węglowodany ogółem 311.05g

NIEDZIELA 12.01.2025

	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) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 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 pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1969kcal Białko ogółem 99.61g Tłuszcz 72.10g Węglowodany ogółem 250.05g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 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) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1950kcal Białko ogółem 96.17g Tłuszcz 70.46g Węglowodany ogółem 255.55g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRODICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g (9) sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1814kcal Białko ogółem 85.71g Tłuszcz 60.52g Węglowodany ogółem 250.51g
DIETA Z OGRODICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 80g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	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 żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1813kcal Białko ogółem 87.94g Tłuszcz 73.10g Węglowodany ogółem 219.15g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kielbasa żywiecka 50g (1- pszenica,6) ogórek kiszony 50g herbata	Banan 1szt suchary 30g (1- pszenica, jęczmień, 6,7)	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) serek krążek 1szt (7) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2370kcal Białko ogółem 105.05g Tłuszcz 84.23g Węglowodany ogółem 316.31g

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,