

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 14.04-20.04.2025

PONIEDZIAŁEK 14.04.2025

	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) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) marchew 50g herbata	Wartość energetyczna 2071 kcal Białko ogółem 99.25 g Tłuszcz 68.11 g Węglowodany ogółem 284.60 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) marchew 50g herbata	Wartość energetyczna 2077 kcal Białko ogółem 99.21 g Tłuszcz 67.37 g Węglowodany ogółem 290.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g herbata		Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) marchew 50g herbata	Wartość energetyczna 1964 kcal Białko ogółem 103.21 g Tłuszcz 51.31 g Węglowodany ogółem 294.50 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 80g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) marchew 50g herbata	Wartość energetyczna 1807 kcal Białko ogółem 84.41 g Tłuszcz 63.67 g Węglowodany ogółem 243.44 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1- pszenica,6,7) ogórek 50g herbata	suchary 50g (1- pszenica, jęczmień; 6;7)	Zupa ryżowa 250ml (9) Ziemniaki gotowane 200g Sztuka fileta w sosie brokułowym 200g (1- pszenica,7) 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) ser żółty 50g (7) marchew 50g herbata	Wartość energetyczna 2390 kcal Białko ogółem 112.59 g Tłuszcz 81.96 g Węglowodany ogółem 319.50 g

WTOREK 15.04.2025

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki 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 serek krążek 1szt (7) herbata		Zupa ziemniaczana 250ml (9) Łazanki z kapustą kiszoną 250g (1-pszenica,3,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) Paszтет z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1934 kcal Białko ogółem 80.67 g Tłuszcz 76.79 g Węglowodany ogółem 252.80 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki 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 serek krążek 1szt (7) 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) Paszтет z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1888 kcal Białko ogółem 75.16 g Tłuszcz 72.08 g Węglowodany ogółem 259.24 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki 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 b/skóry 100g 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) Paszтет z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1767 kcal Białko ogółem 73.06 g Tłuszcz 59.79 g Węglowodany ogółem 258.63 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 serek krążek 1szt (7) herbata	Mandarynka 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) Paszтет z kurczaka 80g (1-pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 1895 kcal Białko ogółem 74.06 g Tłuszcz 70.89 g Węglowodany ogółem 253.99 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) Jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 100g serek krążek 1szt (7) herbata	Budyń na mleku 200g (7) wafle ryżowe 50g	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)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) Paszтет z kurczaka 50g (1-pszenica,6,7) papryka 50g herbata	Wartość energetyczna 2393 kcal Białko ogółem 98.07 g Tłuszcz 83.94 g Węglowodany ogółem 330.81 g

ŚRODA 16.04.2025

	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) Jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g fasolka po bretońsku 200g(1- pszenica,6,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) Jabłko 1szt herbata	Wartość energetyczna 2149 kcal Białko ogółem 91.19 g Tłuszcz 66.12 g Węglowodany ogółem 321.42 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) Jabłko 1szt herbata	Wartość energetyczna 1936 kcal Białko ogółem 88.28 g Tłuszcz 61.65 g Węglowodany ogółem 280.86 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) Pasta z białek jaj 75g (3) ogórek 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany b/s 90g (9) Sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) Jabłko 1szt herbata	Wartość energetyczna 1892 kcal Białko ogółem 88.79 g Tłuszcz 57.52 g Węglowodany ogółem 278.49 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	Marchew 100g	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany b/s 90g (9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka z indyka 80g (1- pszenica,6,7) serek wypasiony 1/2szt (7) Jabłko 1szt herbata	Wartość energetyczna 1801 kcal Białko ogółem 82.87 g Tłuszcz 71.96 g Węglowodany ogółem 224.70 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) Jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Banan 1szt	Zupa barszcz biały 250ml (1- pszenica,żyto, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g Schab gotowany w sosie pomidorowym 150g (1- pszenica,7,9) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) ser żółty 50g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka z indyka 50g (1- pszenica,6,7) Jabłko 1szt herbata	Wartość energetyczna 2340 kcal Białko ogółem 102.91 g Tłuszcz 81.49 g Węglowodany ogółem 318.26 g

CZWARTEK 17.04.2025

	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) twaróg z koperkiem 75g (7) papryka 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica, 3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g stek wieprzowy z cebulą 100g (1-pszenica) Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) krakowska wędzona 40g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 2016 kcal Białko ogółem 92.41 g Tłuszcz 79.77 g Węglowodany ogółem 254.19 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) Papryka 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) krakowska wędzona 40g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 1940 kcal Białko ogółem 91.12 g Tłuszcz 72.97 g Węglowodany ogółem 253.92 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenny 25g (1-pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1-pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) Papryka 50g herbata		Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy b/sosu 90g (1-pszenica,3) Surówka z selera b/ majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka ziemniaczana z olejem 100g krakowska wędzona 40g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 1847 kcal Białko ogółem 90.96 g Tłuszcz 60.92 g Węglowodany ogółem 257.84 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 112g (7) papryka 50g herbata	Jabłko 1szt	Pomidorowa z makaronem 250ml (1-pszenica,3, 7,9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy b/sosu 90g (1-pszenica,3) Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) krakowska wędzona 50g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 1830 kcal Białko ogółem 82.58 g Tłuszcz 67.53 g Węglowodany ogółem 243.89 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1-pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) Papryka 50g herbata	Mandarynka 1szt	Pomidorowa z makronem 250ml (1-pszenica,3,7, 9) Ziemniaki gotowane 200g pulpet wieprzowy w sosie 150g (1-pszenica,3,7,9) Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) kielbasa żywiecka 50g (1-pszenica,6)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka ziemniaczana 100g (3,7,10) krakowska wędzona 40g (1-pszenica,6) herbata	Wartość energetyczna 2236 kcal Białko ogółem 101.07 g Tłuszcz 87.08 g Węglowodany ogółem 282.47 g

PIĄTEK 18.04.2025

	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) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta rybna z fileta śledziowego 70g (1-pszenica,3;4) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2011 kcal Białko ogółem 82.34 g Tłuszcz 72.68 g Węglowodany ogółem 280.61 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2031 kcal Białko ogółem 84.41 g Tłuszcz 75.56 g Węglowodany ogółem 280.12 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem 200g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1809 kcal Białko ogółem 82.16 g Tłuszcz 51.11 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) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Kefir 1szt (7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Ryż brązowy z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 70g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1711 kcal Białko ogółem 74.69 g Tłuszcz 69.30 g Węglowodany ogółem 217.12 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) pomidor 50g herbata	Suchary 50g (1- pszenica, jęczmień, 6,7)	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Ryż z jabłkiem z polewą śmietanową 250g (7) 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) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2344 kcal Białko ogółem 97.79 g Tłuszcz 90.15 g Węglowodany ogółem 308.72 g

WIELKA SOBOTA 19.04.2025

	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 wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata		Brokułowa 250ml (7,9) Makaron z serem 200g (1- pszenica,3,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2120 kcal Białko ogółem 82.45 g Tłuszcz 79.54 g Węglowodany ogółem 287.73 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata		Brokułowa 250ml (7,9) Makaron z serem 200g (1- pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2091 kcal Białko ogółem 82.34 g Tłuszcz 74.99 g Węglowodany ogółem 293.89 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata		Brokułowa 250ml (7,9) Makaron z serem 200g (1- pszenica,3,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1931 kcal Białko ogółem 80.50 g Tłuszcz 57.97 g Węglowodany ogółem 293.76 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata	Mandarynka 1szt	Brokułowa 250ml (7,9) Makaron razowy z serem 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 1804 kcal Białko ogółem 68.25 g Tłuszcz 77.13 g Węglowodany ogółem 222.62 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) ogórek 50g herbata	kefir 1szt (7)	Brokułowa 250ml (7,9) Makaron z serem 200g (1- pszenica,3,7) 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) pasta z jajek 75g (3) sałata 20g herbata	Wartość energetyczna 2262 kcal Białko ogółem 92.61 g Tłuszcz 85.56 g Węglowodany ogółem 300.13 g

WIELKANOC NIEDZIELA 20.04.2025

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Żurek z jajkiem 250ml (1-pszenica,żyto,3,7,9) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) chrzan 10g ciasto 80g (1-pszenica,3,7) banan 1szt herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2166 kcal Białko ogółem 94.14 g Tłuszcz 71.66 g Węglowodany ogółem 288.45 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Żurek z jajkiem 250ml (1-pszenica,żyto,3,7,9) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ciasto 80g (1-pszenica,3,7) banan 1szt 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) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2270 kcal Białko ogółem 99.00 g Tłuszcz 73.26 g Węglowodany ogółem 308.17 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Żurek 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ciasto 80g (1-pszenica,3,7) banan 1szt herbata		Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/skóry 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2132 kcal Białko ogółem 92.75 g Tłuszcz 60.87 g Węglowodany ogółem 307.86 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Żurek z jajkiem 250ml (1-pszenica,żyto,3,7,9) chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) jabłko 1szt herbata	Kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1-pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z kapusty pekińskiej 100g herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1834 kcal Białko ogółem 78.64 g Tłuszcz 63.23 g Węglowodany ogółem 239.92 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Żurek z jajkiem 250ml (1-pszenica,żyto,3,7,9) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) polędwica sopocka 50g (6) ciasto 80g (1-pszenica,3,7) banan 1szt herbata	Kisiel 200g	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) szynka z indyka 50g (1-pszenica,6,7)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka gotowana 50g (1-pszenica,6,7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2431 kcal Białko ogółem 106.17 g Tłuszcz 80.70 g Węglowodany ogółem 321.46 g

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 z 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 zawartość SO₂ 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,