

Jadłospis z dnia: 2024-07-08

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- OGÓRKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- GULASZ WOŁOWY 180 G (D) /alergeny: gluten; mleko/
- SAŁATKA Z BURAKA 150 G
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- OGÓREK ŚWIEŻY 70 G
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2216 kcal

BIAŁKO 102,55 g; WĘGLOWODANY 280,53 g; Cukry proste 65,35 g; TŁUSZCZE 80,58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,69 g; BŁONNIK 26,19 g; Sól 8,73 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

- MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- POWIDŁA 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- BURAKI GOTOWANE 120 G (G)
- ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2100 kcal

BIAŁKO 99,07 g; WĘGLOWODANY 309,55 g; Cukry proste 77,65 g; TŁUSZCZE 56,50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 31,82 g; BŁONNIK 26,84 g; Sól 6,48 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- OGÓREK KISZONY 80 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Drugie śniadanie

- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI
- WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

Obiad

- ZUPA KOPERKOWA 400 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY DROBIOWE 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ b/c 100 G
- KASZA GRYCZANA 200 G (G) /alergeny: soja; orzechy; gorczyca; łubiny/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

- JABŁKO 250 G

Kolacja

- WĘDLINA DROBIOWA 70 G /alergeny: mleko/
- TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2078 kcal

BIAŁKO 123,65 g; WĘGLOWODANY 289,46 g; Cukry proste 54,66 g; TŁUSZCZE 53,97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,46 g; BŁONNIK 36,20 g; Sól 8,76 g