

Jadłospis z dnia: 2024-08-05

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- PASTA Z SOCZEWICY I SUSZONYCH POMIDORÓW 70 G /alergeny: gluten; soja; seler; gorczyca/
- POLĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/
- OGÓREK KISZONY 70 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

- POMIDOROWA Z RYŻEM 400 ML (G) /alergeny: mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- SURÓWKA WARZYWNA Z PAPRYKĄ b/c 100 G /alergeny: gorczyca/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/
- SAŁATA 15 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- 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: 2305 kcal

BIAŁKO 111,99 g; WĘGLOWODANY 300,04 g; Cukry proste 53,76 g; TŁUSZCZE 76,73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,13 g; BŁONNIK 27,31 g; Sól 5,99 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

- MLECZNA Z ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 70 G /alergeny: soja; mleko/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

- POMIDOROWA Z RYŻEM 400 ML (G) /alergeny: mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/
- SAŁATA 15 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2164 kcal

BIAŁKO 113,80 g; WĘGLOWODANY 282,37 g; Cukry proste 53,57 g; TŁUSZCZE 68,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,19 g; BŁONNIK 24,20 g; Sól 3,66 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

- PASTA Z SOCZEWICY I SUSZONYCH POMIDORÓW 70 G /alergeny: gluten; soja; seler; gorczyca/
- POŁĘDWICA W MAJERANKU 30 G /alergeny: soja; mleko/
- OGÓREK KISZONY 70 G
- CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Drugie śniadanie

- JABŁKO 250 G
- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

- POMIDOROWA Z MAKARONEM PEŁNOZIARNISTYM 400ML /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PIECZEŃ DIETETYCZNA 100 G /alergeny: gluten; jaja/
- SURÓWKA WARZYWNA Z PAPRYKĄ b/c 100 G /alergeny: gorczyca/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) /alergeny: soja/

Podwieczorek

- SOK WIELOWARZYWNY 300 ML /alergeny: seler/

Kolacja

- SCHAB PIECZONY 70 G /alergeny: mleko/
- SAŁATA 15 G
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
- PIECZYWO CHRUPKIE PEŁNOZIARNISTE (3szt.) 17 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2140 kcal

BIAŁKO 113,24 g; WĘGLOWODANY 313,21 g; Cukry proste 58,93 g; TŁUSZCZE 54,21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,90 g; BŁONNIK 40,90 g; Sól 8,44 g