

Jadłospis z dnia: 2024-07-31

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POLĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POWIDŁA 25 G
- OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/
- 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MAKARON PEŁNOZIAR. Z SOSEM BOŁOŃSKIM I MIĘSEM 350G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR I SEREM FETA 200G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- 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: 2144 kcal

BIAŁKO 93,49 g; WĘGLOWODANY 279,68 g; Cukry proste 61,71 g; TŁUSZCZE 74,17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,02 g; BŁONNIK 25,62 g; Sól 7,76 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

- MLECZNA Z KASZĄ MANNA 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
- POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- POMIDOR 70 G
- 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- ROLADKA DROBIOWA Z WARZYWAMI 120 G /alergeny: gluten; jaja/
- MARCHEW Z SELEREM GOT 150 G /alergeny: mleko; seler/
- SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- RYŻ 180 G
- KOMPOT 200 ML (G)

Kolacja

- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- 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: 2124 kcal

BIAŁKO 98,71 g; WĘGLOWODANY 303,23 g; Cukry proste 60,02 g; TŁUSZCZE 62,02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,99 g; BŁONNIK 27,48 g; Sól 6,24 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

- POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
- SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR 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

- BROKUŁOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MAKARON PEŁNOZIAR. Z SOSEM BOŁOŃSKIM I MIĘSEM 350G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G) /alergeny: soja/

Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

Kolacja

- SAŁATKA Z KASZĄ BULGUR I SEREM FETA 200G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy; seler; gorczyca; sezam/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/
- 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: 2045 kcal

BIAŁKO 111,10 g; WĘGLOWODANY 252,96 g; Cukry proste 51,20 g; TŁUSZCZE 69,45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,35 g; BŁONNIK 33,14 g; Sól 8,22 g