

Jadłospis z dnia: 2024-12-18

| SPOSOBY OBRÓBKİ POSIŁKU | | | |
|-------------------------|----------------|-----------------|----------------|
| (G) – Gotowanie | (S) – Smażenie | (P) – Pieczenie | (D) - Duszenie |

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/
RUKOLA 10 G
CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (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

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SCHAB DUSZONY 100 G (D) /alergeny: gluten; mleko/
SOS JARZYNOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
SURÓWKA WIELOWARZYWNA 100 G /alergeny: seler/
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
BISZKOPTY B/CIUKRU 25 G /alergeny: gluten; jaja/

Kolacja

POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
POMIDOR 70 G
SEREK WIEJSKI OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/
CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (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: 2329 kcal

BIAŁKO 111,18 g; WĘGLOWODANY 296,56 g; Cukry proste 64,91 g; TŁUSZCZE 83,62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,73 g; BŁONNIK 30,03 g; Sól 5,90 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/
POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/
RUKOLA 10 G
MIÓD 25 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

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
SCHAB GOTOWANY 100 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
BISZKOPTY B/CIUKRU 25 G /alergeny: gluten; jaja/

Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/
POMIDOR 70 G
SEREK WIEJSKI 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: 2151 kcal

BIAŁKO 112,62 g; WĘGLOWODANY 290,51 g; Cukry proste 59,57 g; TŁUSZCZE 64,74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,69 g; BŁONNIK 25,92 g; Sól 5,61 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

POLEDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

RUKOLA 10 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

JABŁKO 200 G

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

MARCHWIANKA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB GOTOWANY 100 G (G)

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA WIELOWARZYWNA b/c 100 G /alergeny: seler/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

CIASTECZKA ZBOŻOWE B/CUKRU 50G /alergeny: gluten; soja; mleko; orzechy/

Kolacja

POLEDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

POMIDOR 70 G

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB GRAHAM (4 KROMKI) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2119 kcal

BIAŁKO 115,08 g; WĘGLOWODANY 299,16 g; Cukry proste 50,17 g; TŁUSZCZE 58,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,14 g; BŁONNIK 36,14 g; Sól 6,75 g