

Jadłospis z dnia: 2024-12-25

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

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

KIEŁBASA BIAŁA 100G (G) /alergeny: gluten/
CHRZAN KONSERWOWY 30 G
OGÓREK KISZONY 70 G
JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/
CIASTO 70 G /alergeny: gluten; jaja; orzechy; mleko; orzechy/
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

ROSÓŁ Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/
KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)
SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
MARCHEW GOTOWANA MR. 150 G (G)
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
MANDARYNKA 120 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/
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: 2457 kcal

BIAŁKO 112,12 g; WĘGLOWODANY 296,36 g; Cukry proste 53,79 g; TŁUSZCZE 96,59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 46,06 g; BŁONNIK 28,62 g; Sól 5,45 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

SAŁATA 15 G

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

CIASTO 70 G /alergeny: gluten; jaja; orzechy; mleko; orzechy/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

Obiad

ROSÓŁ Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

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

MARCHEW GOTOWANA MR. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

BANAN 200 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2358 kcal

BIAŁKO 109,21 g; WĘGLOWODANY 313,66 g; Cukry proste 65,81 g; TŁUSZCZE 79,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,82 g; BŁONNIK 27,44 g; Sól 4,25 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

POŁĘDWICA W MAJERANKU 50 G /alergeny: soja; mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

Obiad

ROSÓŁ Z MAKARONEM 400 ML (G) /alergeny: gluten; jaja; seler/

KURCZAK GOTOWANY - UDO 180 G (G)

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

FASOLKA SZPARAGOWA 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

MANDARYNKA 120 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SOK POMIDOROWY 300 ML

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: 2073 kcal

BIAŁKO 125,96 g; WĘGLOWODANY 253,47 g; Cukry proste 38,66 g; TŁUSZCZE 67,46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,51 g; BŁONNIK 32,31 g; Sól 6,49 g