

Jadłospis z dnia: 2024-12-30

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

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

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

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

KLOPSIKI WIEPRZOWE 130 G (D) /alergeny: gluten; jaja/

SOS POMIDOROWY 100 G /alergeny: gluten; mleko/

SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

SER TWAROGOWY TOPIONY 17 G /alergeny: mleko; gorczyca/

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: 2270 kcal

BIAŁKO 96,94 g; WĘGLOWODANY 291,06 g; Cukry proste 58,52 g; TŁUSZCZE 85,34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,45 g; BŁONNIK 27,25 g; Sól 7,68 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

DŻEM 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2039 kcal

BIAŁKO 97,64 g; WĘGLOWODANY 283,69 g; Cukry proste 65,85 g; TŁUSZCZE 62,18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,11 g; BŁONNIK 25,51 g; Sól 5,39 g

DIETA CUKRZYCOWA

Śniadanie

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK KONSERWOWY 70 G /alergeny: gorczyca/

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

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

Obiad

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

SZYNKA GOTOWANA DIET 120 G /alergeny: seler/

SOS BIAŁY DIET 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA Z KAPUSTY, KUKURYDZY I MARCHEWKI 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

Podwieczorek

JABŁKO 250 G

Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 70 G /alergeny: soja/

SAŁATA LODOWA 20G

SOK POMIDOROWY 300 ML

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

Cały dzień

Kaloryczność: 1945 kcal

BIAŁKO 107,51 g; WĘGLOWODANY 274,47 g; Cukry proste 54,51 g; TŁUSZCZE 53,20 g; Kwasy
tłuszczowe nasycone 23,17 g; BŁONNIK 35,13 g; Sól 9,52 g