

Jadłospis do programu pilotażowego „Dobry posiłek” w dniach 08.04-14.04.2024

PONIEDZIAŁEK 08.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (6) rzodkiewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztetowa 50g (1- pszenica;6;7;10) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2153 kcal Białko ogółem 83.06 g Tłuszcz 70.74 g Węglowodany ogółem 303.27 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica;6) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (6) rzodkiewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica;6) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7;12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2111 kcal Białko ogółem 84.12 g Tłuszcz 66.76 g Węglowodany ogółem 303.27 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica;6) margaryna kanapkowa 14g (7) krakowska parzona 50g (6) rzodkiewka 50g herbata		Zupa brokułowa 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica;6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7;12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2043 kcal Białko ogółem 84.12 g Tłuszcz 59.20 g Węglowodany ogółem 303.27 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (6) rzodkiewka 50g jajko 1szt (3) herbata	Mandarynka 1szt	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Makaron razowy z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica;9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7;12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 1864 kcal Białko ogółem 74.33 g Tłuszcz 67.35 g Węglowodany ogółem 238.68 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) krakowska parzona 50g (6) rzodkiewka 50g herbata	Mandarynka 1szt	Zupa brokułowa 250ml (7,9) Makaron pszenny z mięsem i warzywami 250g(1- pszenica,3;9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) ser żółty 50g (7) sałata 20g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7;12) ogórek kiszony 50g herbata	Wartość energetyczna 2403 kcal Białko ogółem 99.13 g Tłuszcz 86.48 g Węglowodany ogółem 313.95 g

WTOREK 09.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 35g (1- pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g serek krążek 1szt (7) herbata		Krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g kotlet rybny w sosie greckim 200g (1- pszenica,3,4,9) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) herbata	Wartość energetyczna 2105 kcal Białko ogółem 81.97 g Tłuszcz 72.15 g Węglowodany ogółem 290.78 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g serek krążek 1szt (7) herbata		Krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w jarzynach 200g (1- pszenica,3,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) herbata	Wartość energetyczna 2097 kcal Białko ogółem 85.07 g Tłuszcz 73.49 g Węglowodany ogółem 284.90 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRODICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g herbata		Krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w jarzynach 200g (1- pszenica,3,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka jarzynowa z olejem 100g herbata	Wartość energetyczna 1948 kcal Białko ogółem 82.84 g Tłuszcz 58.30 g Węglowodany ogółem 284.03 g
DIETA Z OGRODICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g serek krążek 1szt (7) herbata	Kisiel 200g	Krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w jarzynach 200g (1- pszenica,3,9) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) szynkowa dębowa 30g herbata	Wartość energetyczna 1961 kcal Białko ogółem 73.91 g Tłuszcz 65.68 g Węglowodany ogółem 274.38 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) kefir 1szt (7) pomidor 100g roszponka 20g serek krążek 1szt (7) herbata	Kisiel 200g	Krupnik 250ml (1- jęczmień,9) Ziemniaki gotowane 200g Pulpet wieprzowy w jarzynach 200g (1- pszenica,3,9) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg z koperkiem 75g (7)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,10) herbata	Wartość energetyczna 2400 kcal Białko ogółem 98.28 g Tłuszcz 81.97 g Węglowodany ogółem 325.56 g

ŚRODA 10.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2059 kcal Białko ogółem 84.80 g Tłuszcz 66.05 g Węglowodany ogółem 284.99 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2065 kcal Białko ogółem 84.76 g Tłuszcz 65.31 g Węglowodany ogółem 291.29 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata		Jarzynowa 250ml (9) Ryż gotowany 200g Potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj 75g (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2009 kcal Białko ogółem 86.24 g Tłuszcz 58.07 g Węglowodany ogółem 292.12 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Marchewka z jabłkiem 100g	Jarzynowa 250ml (9) Ryż brązowy gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 1863 kcal Białko ogółem 73.32 g Tłuszcz 68.81 g Węglowodany ogółem 246.15 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki ryżowe na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wypasiony 1/2szt (7) papryka 50g herbata	Marchewka z jabłkiem 100g wafle ryżowe 50g	Jarzynowa 250ml (9) ryż gotowany 200g potrawka z kurczaka 200g (1- pszenica,7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) szynka wojskowa 50g pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) jajko 1szt (3) ogórek 50g herbata	Wartość energetyczna 2441 kcal Białko ogółem 98.32 g Tłuszcz 78.60 g Węglowodany ogółem 339.36 g

CZWARTEK 11.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 35g (1- pszenica,żyto) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata 20g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Ziemniaki gotowane 200g Filet smażony 100g (1- pszenica,3) Surówka z selera 100g (3,7,9,10) Herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1958 kcal Białko ogółem 96.25 g Tłuszcz 76.15 g Węglowodany ogółem 245.44 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata 20g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Sztuka fileta w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1894 kcal Białko ogółem 94.71 g Tłuszcz 70.49 g Węglowodany ogółem 245.72 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenny 25g (1- pszenica,6) bułka pszenna 1szt (1- pszenica) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata 20g herbata		Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Sztuka fileta b/sosu 90g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z selera b/ majonezu 100g (7,9) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1803 kcal Białko ogółem 95.33 g Tłuszcz 57.67 g Węglowodany ogółem 251.92 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wędzarsza 70g sałata 20g herbata	Salatka z brokuła i jajek 100g (3,7) chleb żytni 70g (1- pszenica,żyto,6,7,11))	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Sztuka fileta b/sosu 90g (9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1868 kcal Białko ogółem 90.55 g Tłuszcz 67.25 g Węglowodany ogółem 242.81 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki owsiane na mleku 310ml (1- owies,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wędzarsza 50g sałata 20g herbata	Salatka z brokuła i jajek 100g (3,7)	Pomidorowa z ryżem 250ml (7,9) Sztuka fileta w sosie 150g (1- pszenica,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z selera 100g (3,7,9,10) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek krążek 1szt (7) ogórek 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) twaróg ze szczypiorkiem 75g (7) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2189 kcal Białko ogółem 107.19 g Tłuszcz 86.04 g Węglowodany ogółem 270.14 g

PIĄTEK 12.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsny 250g (1- pszenica) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2135 kcal Białko ogółem 89.87 g Tłuszcz 76.33 g Węglowodany ogółem 285.39 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsny 250g (1- pszenica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2127 kcal Białko ogółem 85.88 g Tłuszcz 76.35 g Węglowodany ogółem 294.34 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata		Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron z jabłkiem 250g (1- pszenica,3) herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pierś z indyka 50g jogurt naturalny 1szt (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1980 kcal Białko ogółem 90.26 g Tłuszcz 57.84 g Węglowodany ogółem 314.53 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Marchewka słupek 100g	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron razowy z sosem pomidorowo-mięsny 250g (1- pszenica) herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 1849 kcal Białko ogółem 73.99 g Tłuszcz 70.85 g Węglowodany ogółem 242.30 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Kasza manna na mleku 310ml (1- pszenica,7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasztet zapiekany 50g (7,12) ogórek kiszony 50g herbata	Marchewka słupek 100g	Barszcz czerwony 250ml (7,9) Makaron pszenny z sosem pomidorowo-mięsny 250g (1- pszenica,3) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jogurt naturalny 1szt (7) krakowska parzona 50g (6)	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) ser żółty 50g (7) pomidor 50g herbata	Wartość energetyczna 2351 kcal Białko ogółem 102.11 g Tłuszcz 87.59 g Węglowodany ogółem 308.04 g

SOBOTA 13.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1-pszenica,3,7) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z fasoli 100g (6) herbata	Wartość energetyczna 2129 kcal Białko ogółem 95.64 g Tłuszcz 68.52 g Węglowodany ogółem 304.89 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1-pszenica,3,7) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1-pszenica3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 2066 kcal Białko ogółem 87.38 g Tłuszcz 73.11 g Węglowodany ogółem 289.63 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata		Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Klops gotowany b/s 90g (1-pszenica,3) sałata z olejem 50g herbata		chleb pszenny 100g (1-pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) sałatka makaronowa b/majonezu 100g (1-pszenica,3,6) herbata	Wartość energetyczna 1938 kcal Białko ogółem 89.22 g Tłuszcz 59.66 g Węglowodany ogółem 285.28 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Klops gotowany b/s 90g (1-pszenica,3) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata		chleb żytni 105g (1-pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z fasoli 100g (6) herbata	Wartość energetyczna 2007 kcal Białko ogółem 87.91 g Tłuszcz 62.24 g Węglowodany ogółem 294.69 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki orkiszowe na mleku 310ml (1-orkisz,7) chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) serek wiejski 1szt (7) papryka 50g herbata	Jabłko 1szt	Zupa barszcz biały 250ml (1-pszenica,żyto,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1-jęczmień) Klops gotowany w sosie koperkowym 150g (1-pszenica,3,7) sałata ze śmietaną 50g (7) herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) jajko 2szt (3)	chleb pszenno- żytni 70g (1-pszenica,żyto) masło 14g (7) sałatka makaronowa 100g (1-pszenica3,6,10) herbata	Wartość energetyczna 2304 kcal Białko ogółem 100.66 g Tłuszcz 85.96 g Węglowodany ogółem 305.67 g

NIEDZIELA 14.04.2024

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	WARTOŚCI
DIETA PODSTAWOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g sałata lodowa 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenno- żytni 105g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2059 kcal Białko ogółem 91.42 g Tłuszcz 75.10 g Węglowodany ogółem 256.69 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g sałata lodowa 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2065 kcal Białko ogółem 91.38 g Tłuszcz 74.36 g Węglowodany ogółem 262.99 g
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) szynka wojskowa 50g sałata lodowa 20g herbata		Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka b/ skóry 180g surówka z buraczków 100g herbata		chleb pszenny 100g (1- pszenica,6) margaryna kanapkowa 14g (7) pasta z białek jaj z olejem 75g (3) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1935 kcal Białko ogółem 89.56 g Tłuszcz 60.71 g Węglowodany ogółem 262.90 g
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	chleb żytni razowy 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g sałata lodowa 20g kefir 1szt (7) herbata	Kisiel 200g	Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z marchewki 100g herbata		chleb żytni 105g (1- pszenica,żyto,6,7,11) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 1803 kcal Białko ogółem 83.72 g Tłuszcz 67.67 g Węglowodany ogółem 215.90 g
DIETA BOGATOBIAŁKOWA	Płatki jaglane na mleku 310ml (7) chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) szynka wojskowa 50g sałata lodowa 20g herbata	Kisiel 200g suchary 40g (1- pszenica,jęczmień, 6,7)	Rosół z makaronem 250ml (1- pszenica,3,9) Ziemniaki gotowane 200g Udko z kurczaka 180g surówka z buraczków 100g herbata	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) margaryna kanapkowa 10g (7) serek wypasiony 1/3szt (7) pomidor 50g	chleb pszenno- żytni 70g (1- pszenica,żyto) masło 14g (7) pasta z jajek 75g (3,10) rzodkiewka 50g herbata	Wartość energetyczna 2401 kcal Białko ogółem 100.28 g Tłuszcz 86.90 g Węglowodany ogółem 306.62 g

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE, ZE WZGLĘDU NA DOSTĘPNOŚĆ PRODUKTÓW!!!

ROZPORZĄDZENIE PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011z dnia 25 października 2011 r.w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, zmiany rozporządzeń Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1924/2006 i (WE) nr 1925/2006 oraz uchylecia dyrektywy Komisji 87/250/EWG, dyrektywy Rady 90/496/EWG, dyrektywy Komisji 1999/10/WE, dyrektywy 2000/13/WE Parlamentu Europejskiego i Rady, dyrektyw Komisji 2002/67/WE i 2008/5/WE oraz rozporządzenia Komisji (WE) nr 608/2004

ALERGENY

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz,
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe, orzechy makadamia
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartośćSO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne

OZNACZENIA WARTOŚCI

E- Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011(kcal),

B- Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,