

Jadłospis 11.08-20.08.2024

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 11.08.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, ser biały z jogurtem, pomidorem i ziel. pietruszką 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, ser biały z jogurtem, pomidorem i ziel. pietruszką 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, ser biały z jogurtem, pomidorem i ziel. pietruszką 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao
	Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, schab pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, schab pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko	Zupa kalafiorowa 400ml, chleb 50g, schab pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka jarzynowa 120g. Alergeny: gluten, mleko, gorczyca, siarczyny
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2101kcal, B: 108g, T: 69g w tym NKT29g, W275g w tym cukry 4g, błonnik: 27g, sól: 6g	E: 2052kcal, B: 113g, T: 70g w tym NKT29g, W: 258g w tym cukry4g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2015kcal, B: 113g, T: 70g w tym NKT32g, W: 248g w tym cukry4g, błonnik: 32g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 12.08.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g keczup 30g Alergeny: gluten, mleko, jajko, kakao, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g keczup 30g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g keczup 30g Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao
	Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko	Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko	Zupa ogórkowa z ryżem 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko
	Kolacja	Herbata z cytryną250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, zupa ziemniaczana 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, zupa ziemniaczana 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, zupa ziemniaczana 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok warzywny 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2216 kcal, B: 82g, T: 87gw tym NKT33g, W: 291g w tym cukry 5g, błonnik: 32g, sól: 7g	E: 2216 kcal, B: 82g, T: 87gw tym NKT33g, W: 291g w tym cukry 5g, błonnik: 32g, sól: 7g	E: 2144kcal, B: 82g, T: 87gw tym NKT33g, W: 273g w tym cukry 5g, błonnik: 32g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 13.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyn	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyn	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, schab bez konserwantów 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyn
	Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,	Zupa solferino z ziemniakami 400ml, chleb 50g, makaron z filetem drobi i szpinakiem 300g, sos śmietanowo-serowy 100g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, ćwikła z cebulą 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyn
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2125kcal, B: 88g, T: 68g w tym NKT 27g, W303g w tym cukry 10g, błonnik: 29g, sól: 6g	E: 2077kcal, B: 92g, T: 69g w tym NKT 27g, W: 286g w tym cukry 10g, błonnik: 34g, sól: 6g	E: 2012kcal, B: 93g, T: 70g w tym NKT 28g, W: 266g w tym cukry 10g, błonnik: 34g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 14.08.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos tatarski 100g, Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos tatarski 100g, Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos tatarski 100g, Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca
	Obiad	Krupnik 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Krupnik 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Krupnik 400ml, chleb 50g, klops pieczony 80g, sos pomidorowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z selera i papryki 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, kiszka z cebulą 180g, sałatka z ogórka kiszzonego 120g. Alergeny: gluten, siarczyn	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, potrawka wieprzowa z fasolką szparagową 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, potrawka wieprzowa z fasolką szparagową 150g. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Chrupki 50g	Chrupki 50g	Chrupki 50g
Wartość odżywcza:		E: 2308kcal, B: 90g, T: 118g w tym NKT 41g, W 236g w tym cukry 10g, błonnik: 32g, sól: 10g	E: 2242kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT 25g, W: 301g w tym cukry 10g, błonnik: 38g, sól: 5g	E: 2170kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT 25g, W: 283g w tym cukry 10g, błonnik: 38g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 15.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, pomidor 100g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, bitki schabowe 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, bitki schabowe 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, bitki schabowe 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, sałatka makaronowa z wędliną i jajkiem 120g. Alergeny: gluten, siarczyny, jajko, mleko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, sałatka makaronowa z wędliną i jajkiem 120g. Alergeny: gluten, siarczyny, jajko, mleko	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, sałatka makaronowa z wędliną i jajkiem 120g. Alergeny: gluten, siarczyny, jajko, mleko
	Posilek nocny	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g
	Wartość odżywcza:	E: 2308kcal, B: 90g, T:118g w tym NKT41g, W236g w tym cukry 10g błonnik: 32g, sól: 10g	E: 2242kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT25g, W: 301g w tym cukry 10g, błonnik: 38g, sól: 5g	E: 2170kcal, B: 97g, T: 80gw tym NKT25g, W: 283g w tym cukry 10g, błonnik: 38g, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 16.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, paprykarz z ryby wędzonej 120g, ogórek kisz 60g. Alergeny: gluten, mleko, ryby	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paprykarz z ryby wędzonej 120g, ogórek kisz 60g. Alergeny: gluten, mleko, ryby	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paprykarz z ryby wędzonej 120g, ogórek kisz 60g. Alergeny: gluten, mleko, ryby ,
	Obiad	Barszcz z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 130g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryby,	Barszcz z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 120g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryby, jajko	Barszcz z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 120g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, ryby, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, kasza jagłana na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, kasza jagłana na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, kasza jagłana na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Pieczyno ryżowe 25g, dżem 25g	Pieczyno ryżowe 25g, dżem 25g	Pieczyno ryżowe 25g, dżem 25g
	Wartość odżywcza:	E: 2145 kcal, B: 87g, T: 65gw tym NKT22g, W: 315g w tym cukry 14g, błonnik: 27g, sól: 6g	E: 2097 kcal, B: 92g, T: 66gw tym NKT22g, W: 298g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2017kcal, B: 92g, T: 66gw tym NKT22g, W: 278g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 17.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, parówki 2szt, sałatka z kalafiora z pomidorem 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówki 2szt, sałatka z kalafiora z pomidorem 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, parówki 2szt, sałatka z kalafiora z pomidorem 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bigos, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie. Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, brokuł 120g, kompot owocowy 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, gulasz drobiowy 150g, ziemniaki 250g, brokuł 120g, kompot owocowy b/c 250ml., Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson extra 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posiłek nocny	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g	Jogurt naturalny 150g
Wartość odżywcza:		E: 2545kcal, B: 80g, T: 126g w tym NKT45g, W: 286g w tym cukry 14g, błonnik: 29g, sól: 9g	E: 2371kcal, B: 84g, T: 112g w tym NKT39g, W: 272g w tym cukry 14g, błonnik: 34g, sól: 10g	E: 2291kcal, B: 84g, T: 112g w tym NKT39g, W: 252g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 10g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 18.08.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, jajko 1szt, pomidor 30g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, jajko	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, jajko 1szt, pomidor 30g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, jajko	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 50g, jajko 1szt, pomidor 30g. Alergeny: gluten, mleko, kakao, siarczyny, jajko
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 80g, sos pieczeniowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z marchewką 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z marchewką 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, kapusta gotowana z marchewką 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny,
	Posiłek nocny	Herbatniki petitki 1op	Herbatniki petitki 1op	Herbatniki petitki 1op
Wartość odżywcza:		E: 2186 kcal, B: 101g, T: 76gw tym NKT31g, W: 285g w tym cukry7g, błonnik: 25g, sól: 7g	E: 2142 kcal, B: 106g, T: 77gw tym NKT 21g, W: 270g w tym cukry 7g, błonnik: 29g, sól: 7g	E: 2070 kcal, B: 106g, T: 77gw tym NKT31g, W: 252g w tym cukry 7g, błonnik: 29g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 19.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa grochowa 400ml, chleb 50g, makaron z serem żółtym i pieczarkami 250g, salata zielona 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, naleśniki z serem 150g, jogurt 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko.	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, makaron z serem i jarzynami 250g, salata zielona 10g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko.
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, salátka jarzynowa 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny.
	Posiłek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2193kcal, B: 74g, T: 62g w tym NKT26g, W348g w tym cukry20g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2149kcal, B: 79g, T: 63g w tym NKT26g, W: 333g w tym cukry 20g, błonnik: 37g, sól: 5g	E: 2111kcal, B: 94g, T: 77g w tym NKT34g, W: 278g w tym cukry14g, błonnik: 37g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 20.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, lenczowa 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, dżem 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 400ml, chleb 50g, sznycel 80g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, naleśniki z serem 150g, jogurt 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko.	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, makaron z serem i jarzynami 250g, salata zielona 10g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko.
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, fasolka po bretońsku 250g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, fasola	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, leczko z mięsem drobiowym 250g. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, leczko z mięsem drobiowym 250g. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posiłek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok warzywny 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2202kcal, B: 84g, T: 74gw tym NKT24g, W: 317g w tym cukry 15g, błonnik: 35g, sól: 6g	E: 2090kcal, B: 85g, T: 74gw tym NKT24g, W: 287g w tym cukry 16g, błonnik: 37g, sól: 6g	E: 2011kcal, B: 85g, T: 74gw tym NKT24g, W: 267g w tym cukry 16g, błonnik: 37g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.