

Jadłospis 21.06-30.06.2024

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 21.06.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, paprykarz z rybą wędzoną 120g, ogórek kiszony 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, ryby, gorczyca	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paprykarz z rybą wędzoną 120g, ogórek kiszony 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, ryby, gorczyca	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, paprykarz z rybą wędzoną 120g, ogórek kiszony 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, ryby, gorczyca
	Obiad	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 120g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, smażenie Alergeny: seler, mleko, jajko, ryba	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 120g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, smażenie Alergeny: seler, mleko, jajko, ryba	Żurek z ziemniakami 400ml, chleb 50g, filet rybny w cieście 120g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszonej 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, smażenie Alergeny: seler, mleko, jajko, ryba
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, kasza manna na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posilek nocny	Pieczywo ryżowe 25g, dżem 25g.	Pieczywo ryżowe 25g, dżem 25g.	Pieczywo ryżowe 25g, tuńczyk 30g
Wartość odżywcza:		E: 2287kcal, B: 82g, T: 84gw tym NKT 28g, W: 313g w tym cukry 15g, błonnik: 30g, sól: 7g	E: 2155kcal, B: 84g, T: 84gw tym NKT28g, W: 278g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2115kcal, B: 84g, T: 84gw tym NKT 28g, W: 269g w tym cukry 15g, błonnik: 33g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 22.06.2024	Śniadanie	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa parówkowa 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa koperkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, pulpety 80g, sos pomidorowy 100g, kasza mieszana 250g, sałata zielona z rzodkiewką 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa koperkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, pulpety 80g, sos pomidorowy 100g, kasza mieszana 250g, sałata zielona z rzodkiewką 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa koperkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, pulpety 80g, sos pomidorowy 100g, kasza mieszana 250g, sałata zielona z rzodkiewką 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posilku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 60g z jogurtem, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z jogurtem, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z jogurtem, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler,
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2135kcal, B: 73g, T: 80g w tym NKT29g, W 290g w tym cukry14g, błonnik: 25g, sól: 5g	E: 2097kcal, B: 80g, T: 81g w tym NKT 29g, W: 274g w tym cukry14g, błonnik: 30g, sól: 5g	E: 2017kcal, B: 80g, T: 81g w tym NKT29g, W: 254g w tym cukry14g, błonnik: 29g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 23.06.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka wieprzowa 50g, jajko 1szt, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, kapusta z koperkiem 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pieczeń firmowa 100g, jarzyna gotowana 120g Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Pomidor 60g	Pomidor 60g	Pomidor 60g
Wartość odżywcza:		E: 2155 kcal, B: 85g, T: 68gw tym NKT27g, W: 313g w tym cukry 7g, błonnik: 30g, sól: 7g	E: 2107kcal, B: 90g, T: 69gw tym NKT27g, W: 296g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 7g	E: 2067kcal, B: 90g, T: 69gw tym NKT27g, W: 286g w tym cukry 7g, błonnik: 35g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 24.06.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko, jajko.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, powidło 50g, lane ciasto na mleku 400ml Alergeny: gluten, mleko, jajko.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka z kalafiora z jajkiem i jogurtem 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko.
	Obiad	Zupa fasolowa z boczkiem 400ml, chleb 50g, lazanki z młodą kapustą, mięsem i pieczarkami 350g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, siarczyny	Zupa solferino z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron 250g, sos mięsno-warzywny 150g, szpinak 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa solferino z wędliną 400ml, chleb 50g, makaron 250g, sos mięsno-warzywny 150g, szpinak 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa 120g ze śledziem (110g) Alergeny: gluten, mleko, ryba, gorczyca,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa z jajkiem i tuńczykiem 170g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, ryba	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, sałatka jarzynowa z jajkiem i tuńczykiem 170g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, ryba
	Posilek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2229kcal, B: 70g, T: 90g w tym NKT30g, W 300g w tym cukry18g, błonnik: 33g, sól: 5g	E: 2252kcal, B: 72g, T: 83g w tym NKT30g, W 316g w tym cukry14g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2125kcal, B: 94g, T: 72g w tym NKT27g, W: 292g w tym cukry13g, błonnik: 38g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 25.06.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i jajka z papryką i zieloną pietruszką 120g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa flakowa 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa z ziel. groszku 400ml, chleb 50g, potrawka drobiowa, ziemniaki 250g, ćwikła 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, salceson extra 100g, keczup 30g, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, keczup 30g, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, keczup 30g, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2242kcal, B: 101g, T: 83g w tym NKT34g, W 286g w tym cukry 13g, błonnik: 30g, sól: 6g	E: 2157kcal, B: 94g, T: 72g w tym NKT27g, W: 300g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 7g	E: 2086kcal, B: 94g, T: 72gw tym NKT27g, W: 282g w tym cukry 13g, błonnik: 38g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 26.06.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa swojska 100g, sos majonezowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, gorczyca, siarczyny
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, klops pieczony, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajek i ogórka św. z ziel.pietruszką 120g, kasza manna na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posilek nocny	Pomidor 60g	Pomidor 60g	Pomidor 60g
Wartość odżywcza:		E: 2166kcal, B: 90g, T: 85g w tym NKT32g, W271g w tym cukry 7g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2145kcal, B: 95g, T: 86g w tym NKT32g, W261g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 6g	E: 2066kcal, B: 95g, T: 86g w tym NKT32g, W: 241g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 27.06.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny, kakao
	Obiad	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, kotlet schabowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: seler, mleko, jajko,	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko,	Zupa pieczarkowa z l. ciastem 400ml, chleb 50g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb graham 100g, bigos 300g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata 250ml, chleb graham 100g, potrawka z fasolką szparagową 250g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, potrawka z fasolką szparagową 250g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g	Ciastka zbożowe 50g
Wartość odżywcza:		E: 2306 kcal, B: 102g, T: 75gw tym NKT20g, W: 303g w tym cukry 20g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2218kcal, B: 99g, T: 75gw tym NKT20g, W: 205g w tym cukry 4g, błonnik: 27g, sól: 6g	E: 2087kcal, B: 99g, T: 67gw tym NKT18g, W: 288g w tym cukry 21g, błonnik: 38g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 28.06.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, ryby	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, ryby	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, pasta z sera białego i tuńczyka z ogórkiem św. i szczypiorkiem 120g. Alergeny: gluten, mleko, ryby
	Obiad	Barszcz z botwiną jajkiem 400ml, chleb 50g, ryż ze śmietaną i owocami 250g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz z botwiną jajkiem 400ml, chleb 50g, ryż ze śmietaną i owocami 250g, kompot owocowy 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Barszcz z botwiną jajkiem 400ml, chleb 50g, filet rybny panierowany 120g, ryż 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, 250g, kompot owocowy b/c 250ml, Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko, ryba
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb razowy 100g, ziemniaki z koperkiem 350g, kefir 380g. Alergeny: gluten, mleko	Herbata 250ml, chleb razowy 100g, ziemniaki z koperkiem 350g, kefir 380g. Alergeny: gluten, mleko	Herbata b/c 250ml, chleb razowy 100g, ziemniaki z koperkiem 350g, kefir 380g. Alergeny: gluten, mleko
	Posiłek nocny	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt	Buleczka drożdżowa 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2201kcal, B: 79g, T: 61g w tym NKT 29g, W: 346g w tym cukry 8g, błonnik: 30g, sól: 4g	E: 2201kcal, B: 79g, T: 61g w tym NKT 29g, W: 346g w tym cukry 8g, błonnik: 30g, sól: 4g	E: 2234kcal, B: 108g, T: 64g w tym NKT22g, W: 321g w tym cukry 7g, błonnik: 31g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 29.06.2024	Śniadanie	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałata ziel z ogórkiem św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałata ziel z ogórkiem św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałata ziel z ogórkiem św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa jarzynowa 400ml, chleb 50g, potrawka wieprzowa 150g, kasza mieszana 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, marmolada 50g, kasza jagłana na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, marmolada 50g, kasza jagłana na mleku 400ml, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, serek ziarnisty 200g, pomidor 60g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt owocowy 1szt	Jogurt owocowy 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2120 kcal, B: 79g, T: 70gw tym NKT27g, W: 304g w tym cukry 22g, błonnik: 28g, sól: 5g	E: 2099kcal, B: 84g, T: 71gw tym NKT 27g, W: 294g w tym cukry 22g, błonnik: 33g, sól: 6g	E: 2063kcal, B: 103g, T: 80gw tym NKT29g, W: 247g w tym cukry 19g, błonnik: 34g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 30.06.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko, siarczyny.	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko, siarczyny.	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa krakowska parzona 100g, pomidor 60g. Alergeny: gluten, mleko, seler, jajko, siarczyny.
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml, chleb 50g, pieczeń schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 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, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny 120g z ogórkiem św. i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posiłek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g
Wartość odżywcza:		E: 2200kcal, B: 92g, T: 80g w tym NKT32g, W290g w tym cukry 8g, błonnik: 26g, sól: 7g	E: 2139kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT32g, W271g w tym cukry 8g, błonnik: 30g, sól: 7g	E: 2068kcal, B: 97g, T: 80g w tym NKT 32g, W: 253g w tym cukry 8g, błonnik: 30g, sól: 7g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.