

Jadłospis 21.08 - 31.08.2024

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 21.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser topiony 50g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko ,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser topiony 50g, makaron na mleku 400ml, jabłko. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, kotlet schabowy 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml, chleb 30g, bitka schabowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem 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, salceson extra 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Posilek nocny	Budyń 200g	Budyń 200g	Budyń 200g
Wartość odżywcza:		E: 2454kcal, B: 82g, T: 97g w tym NKT39g, W329g w tym cukry 20g, błonnik: 33g, sól: 7g	E: 2139 kcal, B: 82g, T: 77g w tym NKT 32g, W: 296g w tym cukry20g, błonnik: 36g, sól: 7g	E: 2181kcal, B: 93g, T: 85g w tym NKT30g, W: 273g w tym cukry10g, błonnik: 28g, sól: 8g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 22.08.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta węgierska z ogórkiem kiszonym 150g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko	Zupa ryżowa na rosole 400ml, chleb 50g, zrazy 80g, sos pieczarkowy 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty pekińskiej120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mix salat z ogórkiem św. 30g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mix salat z ogórkiem św. 30g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mix salat z ogórkiem św. 30g.
	Posilek nocny	Buleczka drożdżowa	Buleczka drożdżowa	Buleczka drożdżowa
Wartość odżywcza:		E: 2105kcal, B: 87g, T: 81gw tym NKT 29g, W: 265g w tym cukry 2g, błonnik: 20g, sól: 8g	E: 2052kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 246g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 8g	E: 2012kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 236g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 2g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 23.08.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ziel. pietruszką, ogórek kisz. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ziel. pietruszką, ogórek kisz. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka z ziel. pietruszką, ogórek kisz. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Żurek z jajkiem 400ml, chleb 50g, sznycele z ryby 70g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, ryba	Żurek z jajkiem 400ml, chleb 50g, klopsiki z ryby 70g, sos szpinakowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, ryba	Żurek z jajkiem 400ml, chleb 50g, klopsiki z ryby 70g, sos szpinakowy 100g, ziemniaki 250g, buraczki 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko, ryba
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 60g z ziel. pietruszką, ryż na mleku 400ml. Alergeny: gluten, mleko
	Posilek nocny	Pomidor 150g	Pomidor 150g	Pomidor 150g
	Wartość odżywcza:	E: 2203 kcal, B: 98g, T: 60g w tym NKT 27g, W: 331g w tym cukry 2g, błonnik: 27g, sól: 7g	E: 2177 kcal, B: 104g, T: 60g w tym NKT 27g, W: 320g w tym cukry 3g, błonnik: 34g, sól: 6g	E: 2041 kcal, B: 103g, T: 60g w tym NKT 27g, W: 286g w tym cukry 2g, błonnik: 33g, sól: 6g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 24.08.2024	Śniadanie	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasztet drwala 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet drwala 100g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g pasztet drob. 80g, keczup 30g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, pieczeń firmowa 100g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, pieczeń firmowa 100g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny	Kapuśniak 400ml, chleb 50g, pieczeń firmowa 100g, sos jarzynowy 100g, ziemniaki 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, mleko, siarczyny
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera białego i wędliny 120g, pomidor 150g.	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mix salat z ogórkiem św. 30g.	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, mix salat z ogórkiem św. 30g.
	Posilek nocny	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt	Sok owocowy 1szt
	Wartość odżywcza:	E: 2105kcal, B: 87g, T: 81gw tym NKT 29g, W: 265g w tym cukry 2g, błonnik: 20g, sól: 8g	E: 2052kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 246g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 8g	E: 2012kcal, B: 93g, T: 82gw tym NKT 30g, W: 236g w tym cukry 2g, błonnik: 26g, sól: 2g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Niedziela 25.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyny, mleko	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyny, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa szynkowa 100g, chrzan z jabłkiem 70g. Alergeny: gluten, siarczyny, mleko,
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, chleb 50g, karczek pieczony 70g, sos 100g, ziemniaki 250g, surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo- śmietanowy z pomidorem 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo- śmietanowy z pomidorem 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, 2szt jajko, sos majonezowo- śmietanowy z pomidorem 70g. Alergeny: gluten, mleko, jajko
	Posilek nocny	Herbatniki zbożowe 50g	Herbatniki zbożowe 50g	Herbatniki zbożowe 50g
Wartość odżywcza:		E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2132kcal, B: 118g, T: 67gw tym NKT 25g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Poniedziałek 26.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, powidło 50g, płatki na mleku, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, powidło 50g, płatki na mleku, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasztet z cukinii 100g, pomidor 150g, jabłko 150g. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Zupa z dyni 400ml, chleb 50g, gulasz wieprz 120g, makaron 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Zupa z dyni 400ml, chleb 50g, gulasz wieprz 120g, makaron 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko	Zupa z dyni 400ml, chleb 50g, gulasz wieprz 120g, makaron 250g, surówka warzywna 120g, kompot owocowy b/c250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, pasta z jajka i wędliny z ogórkiem św 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajka i wędliny z ogórkiem św 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, pasta z jajka i wędliny z ogórkiem św 120g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
Wartość odżywcza:		E: 2134kcal, B: 96g, T: 68g w tym NKT 18g, W294g w tym cukry 3g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2077kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W 276g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g	E: 2005kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W258g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Wtorek 27.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, szynka konserwowa 100g, sos jogurtowo-chrzanowy 70g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa neapolitańska 400ml, chleb 50g, pieczeń wieprzowa 80g, sos 100g, ziemniaki 250g, sałatka z kapusty czerwonej 120g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser twardy 50g, zupa ziemniaczana z czosnkiem 400ml. Alergeny: gluten, mleko, seler
	Posilek nocny	Sok warzywny 1szt	Sok warzywny 1szt	Sok warzywny 1szt
Wartość odżywcza:		E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g	E: 2113 kcal, B: 100g, T: 61g w tym NKT23g, W: 308g w tym cukry 17g, błonnik: 37g, sól: 7g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Środa 28.08.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, miód 25g, ser biały 60g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, ser biały 80g ze śmietaną i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,
	Obiad	Rosół z lanym ciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z lanym ciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko	Rosół z lanym ciastem 400ml, udko drobiowe pieczone 170g, ziemniaki 250g, kapusta gotowana 150g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, pieczenie Alergeny: seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata z cytryną 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb razowy 100g, masło 10g, sałatka ryżowa z mięsem pieczonym Alergeny: gluten, mleko, seler,
	Posilek nocny	Pomidor 150g	Pomidor 150g	Pomidor 150g
Wartość odżywcza:		E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2143 kcal, B: 115g, T: 70gw tym NKT26g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g	E: 2132kcal, B: 118g, T: 67gw tym NKT 25g, W: 278g w tym cukry 6g, błonnik: 32g, sól: 5g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Czwartek 29.08.2024	Śniadanie	Kakao 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g pomidor 150g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kakao 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g pomidor 150g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny	Kakao b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, jajecznicza z wędliną i szczypiorkiem 150g pomidor 150g Alergeny: gluten, mleko, jajko, siarczyny
	Obiad	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, gulasz podrobowy 120g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanzu 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, gulasz podrobowy 120g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanzu 120g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,	Zupa brokułowa 400ml, chleb 50g, gulasz podrobowy 120g, kasza mieszana 250g, surówka z marchwi i chrzanzu 120g, kompot owocowy b/c250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, mleko,
	Kolacja	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, kiszka z cebulą 250g, mizeria 80g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, pasta mięsno-warzywna 120g, sos pomidorowy 100g. Alergeny: gluten, seler, siarczyny
	Posilek nocny	Chrupki 1op	Chrupki 1op	Chrupki 1op
	Wartość odżywcza:	E: 2199 kcal, B: 77g, T: 63g w tym NKT 18g, W: 347g w tym cukry 20g, błonnik: 34g, sól: 5g	E: 2166 kcal, B: 88g, T: 61g w tym NKT 19g, W: 335g w tym cukry 20g, błonnik: 40g, sól: 5g	E: 2123 kcal, B: 103g, T: 73g w tym NKT27g, W: 281g w tym cukry 14g, błonnik: 39g, sól: 14g

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Piątek 30.08.2024	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, pasta z sera i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba	Kawa z mlekiem 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, pasta z jajka i tuńczyka 100g, ogórek św. 60g. Alergeny: gluten, mleko, jajko, ryba
	Obiad	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, łazanki z kapustą i serem białym 250g, kompot owocowy 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, eler, mleko, jajko	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, jajko, mleko,	Barszcz ukraiński z soczewicą 400ml, chleb 50g, makaron z serem białym 250g, kompot owocowy b/c 250ml Sposób obróbki posiłku: gotowanie, Alergeny: gluten, seler, mleko, jajko
	Kolacja	Herbata 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, ryba po grecku 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, ryba w jarzynach 250g. Alergeny: gluten, seler, ryba
	Posilek nocny	Kisiel 200g	Kisiel 200g	Kisiel 200g
	Wartość odżywcza:	E: 2134kcal, B: 96g, T: 68g w tym NKT 18g, W294g w tym cukry 3g, błonnik: 26g, sól: 5g	E: 2077kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W 276g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g	E: 2005kcal, B: 100g, T: 69g w tym NKT 18g, W258g w tym cukry 3g, błonnik: 27g, sól: 4g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.

		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sobota 31.08.2024	Śniadanie	Herbata z cytryną 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny	Herbata z cytryną b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, kielbasa podlaska 100g, sałatka z marchwi i cebuli 120g. Alergeny: gluten, mleko, siarczyny
	Obiad	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, fasolka po bretońsku 200g, ziemniaki 250g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, smażenie Alergeny: gluten, seler, siarczyny, jajko	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, potrawka drob. 150g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, jajko	Zupa szpinakowa z jajkiem 400ml, chleb 50g, potrawka drob. 150g, ziemniaki 250g, marchewka 150g, kompot owocowy b/c 250ml. Sposób obróbki posiłku: gotowanie, duszenie Alergeny: gluten, seler, jajko
	Kolacja	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g z pomidorem i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem 250ml, chleb pszenno-żytni 100g, masło 10g, ser biały 70g z pomidorem i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,	Kawa z mlekiem b/c 250ml, chleb graham 100g, masło 10g, ser biały 70g z pomidorem i szczypiorkiem. Alergeny: gluten, mleko,
	Posiłek nocny	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g	Jabłko pieczone 150g
Wartość odżywcza:		E: 2238 kcal, B: 93g, T: 78g w tym NKT29g, W: 305g w tym cukry 14g, błonnik: 32g, sól: 6g	E: 2178kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT27g, W: 300g w tym cukry 16g, błonnik: 40g, sól: 6g	E: 2106kcal, B: 96g, T: 74g w tym NKT27g, W: 282g w tym cukry 16g, błonnik: 40g, sól: 6g

Uwaga: Zastrzega się ewentualne zmiany w jadłospisach.