

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.04.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>DIETA 1 – Podstawowa</b>	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], jajecznicza 60g [JAJ, MLE], szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn – kiwi	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, kotlet pożarski 100g [GLU, JAJ], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], margaryna 15g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznicza 60g [JAJ, MLE], szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn –kiwi	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznicza 60g [JAJ, MLE], szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn – kiwi, kasza manna 150g	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml <b>podwieczorek</b> . - kanapka z ogórkiem	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], miód 25g, szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], marchewka gotowana 120g [SEL], kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 10g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], miód 25g, szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. kiwi	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], margaryna 10g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], szynka konserwowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. kiwi	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 180g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	chleb razowy 60g, margaryna 10g, pasta twarogowa 50g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, jajecznicza 60g [JAJ, MLE], szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn: kiwi	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml <b>podwieczorek:</b> kanapka z ogórkiem	Chleb razowy 90g, margaryna 10g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 12 – Mielona</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznicza 60g [JAJ, MLE], szynka konserwowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, pulpet drobiowy 100g w sosie koperkowym [GLU, JAJ, MLE], fasolka szparagowa 100g, [SEL], kompot 250ml	Chleb razowy 90g, margaryna 15g, pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>Dieta Wegetariańska</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznicza 120g [JAJ, MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. kiwi	Zupa koperkowa na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU], placki z cukini 2 szt. [GLU, MLE, JAJ], fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], pasta twarogowa 100g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: jogurt pitny 250ml,
<b>Dieta Bezmleczna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, jajecznicza 120g [JAJ, MLE], pomidor 50g, sałata 10g, herbata, IIś. kiwi	Zupa koperkowa niezabielana 200ml [SEL], ziemniaki 230g, kotlet pożarski 100g, fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], szynka gotowana 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: mus
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	chleb bezglutenowy 90g, jajecznicza 120g [JAJ, MLE], pomidor 50g, sałata 10g, herbata IIś. Kiwi	Zupa koperkowa niezaciągana 200ml [SEL], ziemniaki 230g, jajko sadzone 2 szt. fasolka szparagowa 100g, kompot 250ml	chleb bezglutenowy 90g, margaryna 15g [MLE], pasta twarogowa 60g [MLE], szynka gotowana 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: jogurt pitny 250ml,

**W naszej kuchni używane są przyprawy oraz produkty, które mogą zawierać śladowe ilości alergenów tj. gluten, jaja, mleko i pochodne, ryby, skorupiaki, orzechy, soja, dwutlenek siarki.**