

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.03.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – Podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], ser żółty 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, ogórek 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], sos pieczeniowy [GLU, MLE], surówka z kapusty białej 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 2 – Łatwostrawna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], sos pieczeniowy [GLU, MLE], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 9 – Bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn: budyń 150g [MLE]pomarańcza	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], sos pieczeniowy [GLU, MLE], buraczki 120g, kompot 250ml, podwieczorek: kanapka z serem [MLE, GLU]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g, ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], warzywa gotowane 120g [SEL], kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], masło roślinne 15g szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g
DIETA 8 – Ubogoenergetyczna	chleb razowy 60g [GLU], masło 10g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], buraczki 120g, kompot 250ml,	chleb razowy 60g, masło roślinne 10g szynka tostowa 40g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], buraczki 120g kompot 250ml, podwieczorek: kanapka z serem [GLU, MLE]	Chleb razowy 90g, masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle] 100g,
DIETA 12 – Mielona	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser twarogowy 40g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa ogórkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, mięso mielone z udźca [GOR], sos pieczeniowy [GLU, MLE], warzywa gotowane 120g [SEL], kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, masło roślinne 15g szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: mus
DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [seler]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [seler] II K: mus
Dieta Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser twarogowy 100g [MLE], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU, MLE], makaron z sosem brokułowym 300g [GLU MLE], buraczki 120g	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, pasta z zielonego groszku 60g, miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: pasztecik drożdżowy z warzywami [glu, sel, mle]
Dieta Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, polędwica sopocka 80g [SOJ], sałata 10g, pomidor 50g, herbata, IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa niezabielana 200ml [SEL], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: mus owocowy
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], ser twarogowy 100g [MLE], sałata 10g, pomidor 50g, herbata, IIŚ. pomarańcza	Zupa ogórkowa niezabielana 200ml [SEL], ziemniaki 230g, udko pieczone ok. 180g [GOR], buraczki 120g, kompot 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, masło roślinne 15g, szynka tostowa 60g [SOJ], miód 25g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: mus owocowy

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.

