

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.03.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – Podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], pasta jajeczna 60g [JAJ, GOR], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, papryka 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, pulpet rybny smażony [RYB, JAJ, GLU], surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], margaryna 15g, ser twarogowy ze szpinakiem 100g [MLE] pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 2 – Łatwostrawna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko	Zupa marchwiowa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, ser twarogowy ze szpinakiem 100g, [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 9 – Bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn: kasza manna [MLE, GLU] jabłko	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml, podwieczorek: kanapka z jajkiem [GLU, MLE, JAJ]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, ser twarogowy ze szpinakiem 100g [MLE] pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g, mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa ryżowa 200ml [SEL], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 10g, ser twarogowy ze szpinakiem 100g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], margaryna 10g ser twarogowy ze szpinakiem 100g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 8 – Ubogoenergetyczna	chleb razowy 60g [GLU], masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE], roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	chleb razowy 60g, margaryna 10g ser twarogowy ze szpinakiem 80g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE], roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko 2śn jabłko	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml, podwieczorek: kanapka z jajkiem [GLU, MLE, JAJ]	Chleb razowy 90g, margaryna 10g, ser twarogowy ze szpinakiem 80g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 12 – Mielona	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko pieczone	Zupa z fasolki szparagowej 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, margaryna 15g ser twarogowy ze szpinakiem 80g [MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
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: kefir 200ml [MLE]
Dieta Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 20g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] jabłko	Zupa z fasolki szparagowej na wywarze jarzkim 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, potrawka rybna 120g [RYB, MLE, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g ser twarogowy ze szpinakiem 80g [MLE] pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: kefir 200ml [MLE]
Dieta Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, tuńczyk 100g [RYB], dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko	Zupa z fasolki szparagowej niezabielana 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, pulpet rybny smażony [RYB, JAJ, GLU], marchewka z groszkiem 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, wędlina drobiowa 60g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: mus
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE], dżem niskosłodzony 25g, roszponka 10g, pomidor 50g, herbata, jabłko	Zupa ryżowa 200ml [SEL], ziemniaki 230g, ryba pieczona 100g [RYB], marchewka 120g, kompot 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, margaryna 15g, ser twarogowy ze szpinakiem 80g pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: kefir 200ml [MLE]

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.