

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.01.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>DIETA 1 – Podstawowa</b>	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], ser żółty 40g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] papryka 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>2śn:</b> kasza manna 150g [MLE, GLU]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml, <b>podwieczerek:</b> kanapka z twarogiem [GLU, MLE]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab pieczony 100g, buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 10g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab pieczony 100g, buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], masło 10g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 40g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab pieczony 100g, buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb razowy 60g, masło 10g [MLE], kielbasa dębicka 60g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>2śn:</b> kanapka z twarogiem [MLE, GLU]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml, <b>podwieczerek:</b> surówka z marchwi 100g	Chleb razowy 90g, masło 10g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 12 – Mielona</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 20g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb razowy 90g, masło 20g [MLE], kielbasa dębicka 60g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>	Kasza manna na rosole [GLU, SEL], serrek homogenizowany [MLE]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL]
<b>Dieta Wegetariańska</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 20g [MLE], mozzarella 65g [MLE], pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]	Zupa pomidorowa na wywarze jarskim z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, gulasz warzywny 150g [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], ser żółty 80g [MLE], sałata, kawa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>Dieta Bezmleczna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, schab pieczony 80g [SOJ], serrek homogenizowany b/laktozy 150g, pomidor 50g, sałata, herbata	Zupa pomidorowa z makaronem niezabielana 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, bitka schabowa 100g w sosie własnym [GLU] buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], kielbasa dębicka 80g [SOJ], dżem 25g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], mozzarella 65g [MLE] szynka gotowana 60g [SOJ] pomidor 50g, sałata, herbata	Zupa pomidorowa z ryżem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab pieczony 100g, buraczki gotowane 120g, woda niegazowana 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], kielbasa dębicka 60g [SOJ], jogurt naturalny 100g [MLE], sałata, herbata, jabłko ok. 150g <b>II K:</b> mus owocowo-warzywny 100g

**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.**