

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.01.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – Podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, ogórek 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 2 – Łatwostrawna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 9 – Bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka 2śn: kasza manna 150g [MLE, GLU]	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml, podwieczerek: pasta twarogowa z rodzynkami [MLE]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Zupa koperkowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] warzywa gotowane 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 10g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], masło 10g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 8 – Ubogoenergetyczna	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], polędwica sopocka 40g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 200g, gulasz wołowy 120g [GLU], surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml	chleb razowy 60g, masło 10g [MLE], kielbasa szynkowa 60g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 90g [GLU], polędwica sopocka 80g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka 2śn: kanapka z pomidorem [MLE, GLU]	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, masło 10g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 12 – Mielona	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 20g [MLE], polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] warzywa gotowane 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, masło 20g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa warzywna z burakami, ziemniakami i mięsem drobiowym [seler]	Zupa warzywna z burakami, ziemniakami i mięsem drobiowym [seler]
Dieta Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 20g [MLE], ser żółty 60g [MLE], pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, gulasz warzywny 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], pasta z zielonego groszku 60g, sałata, pomidor 50g II K: jogurt do picia 200ml [MLE, GLU]
Dieta Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, polędwica sopocka 80g, dżem niskosłodzony 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami niezabielana 200ml [SEL], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g [GLU] surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata II K: mus owocowy 100g
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], ser żółty 60g [MLE], pomidor 50g, sałata, herbata, gruszka	Barszcz czerwony z ziemniakami niezabielany 200ml [SEL], ziemniaki 230g, gulasz wołowy 150g niezaciągany, surówka z marchwi i jabłka 120g, kompot 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], pasta z zielonego groszku 60g, sałata, pomidor 50g, herbata II K: mus owocowy 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.