

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 20.04.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>DIETA 1 – Podstawowa</b>	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], sałatka jarzynowa 70g [SEL, GOR, JAJ], krakowska 60g[SOJ], pomidor 50g, sałata, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim i serem 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], margaryna 15g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], krakowska 60g[SOJ], twaróg 60g[MLE], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], krakowska 60g[SOJ] twaróg 60g[MLE], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] 2śn – budyń 150g [MLE]	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml  <b>podw.</b> - kanapka z serem [GLU, MLE]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], krakowska 60g[SOJ], twaróg 60g[MLE], sałata 10g, pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś:jabłko pieczone	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], marchewka gotowana 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 10g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor b/skóry 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], krakowska 60g[SOJ],twaróg 60g[MLE], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], margaryna 10g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], krakowska-30g[SOJ], twaróg 60g[MLE] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	chleb razowy 60g, margaryna 10g, kiełbasa szynkowa 40g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, krakowska 60g[SOJ]twaróg 60g[MLE] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml  <b>podw.</b> - kanapka z serem [GLU, MLE]	Chleb razowy 90g, margaryna 10g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 12 – Mielona</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], krakowska 60g[SOJ] twaróg 60g[MLE], sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko pieczone	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb razowy 90g, margaryna 15g, kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa koperkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL]	Zupa koperkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>Dieta Wegetariańska</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], , sałatka jarzynowa 120g [SEL, GOR, JAJ], twaróg 60g[MLE] pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] IIś. jabłko	Zupa koperkowa na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU], naleśniki z twarogiem 2 sztuki [GLU, MLE, JAJ], kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], ser żółty 60g [MLE] dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] II K: sok pomidorowy 330ml
<b>Dieta Bezmleczna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, sałatka jarzynowa 70g [SEL, GOR, JAJ], krakowska 60g [SOJ], pomidor 50g, herbata, IIś. jabłko	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], kiełbasa szynkowa 80g [SOJ], dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: sok pomidorowy 330ml
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	chleb bezglutenowy 90g,sałatka jarzynowa 70g [SEL, GOR, JAJ], krakowska 60g, pomidor 50g, herbata, IIś. jabłko	Zupa koperkowa niezaciągana 200ml [SEL], ryż 150g, filet drobiowy grillowany 100g [GOR] brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	chleb bezglutenowy 90g, margaryna 15g [MLE], ser żółty 60g [MLE] dżem niskosłodzony 25g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata II K: sok pomidorowy 330ml

**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.**