

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.03.2024r

	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], tostowa 60g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	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, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], ser żółty 2s0g[MLE], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jogurt naturalny 150ml [MLE], tostowa 60g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU]mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], , pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jogurt naturalny 150ml [MLE], tostowa 60g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka <b>2śn</b> – kasza manna 150g [MLE]	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml  <b>podw.</b> - pasta twarogowa z rodzynkami	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], jogurt naturalny 150ml [MLE], tostowa 60g, sałata 10g, pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 350g, [GLU, MLE], marchewka gotowana 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 10g, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], jogurt naturalny 150ml [MLE], k tostowa 40g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	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, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], jogurt naturalny 150ml[MLE], tostowa 60g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	chleb razowy 60g, margaryna 10g, kielbasa szynkowa 40g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, jogurt naturalny 150ml [MLE], k tostowa 40g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka <b>2śn:</b> kanapka z pomidorem	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml  <b>podwieczerek:</b> pasta twarogowa z rodzynkami	Chleb razowy 90g, margaryna 10g, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 12 – Mielona</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jogurt naturalny 150ml [MLE], tostowa 40g, sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb razowy 90g, margaryna 15g, kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa koperkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL] kompot 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>Dieta Wegetariańska</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], sałatka jarzynowa 120g [SEL, GOR, JAJ], pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [MLE, GLU] mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU]makaron z sosem brokułowym [GLU, MLE, JAJ],kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], ser żółty 80g [MLE] pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml [GLU, MLE] <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>Dieta Bezmleczna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, tostowa 80g , pomidor 50g, herbata, mandarynka	Krupnik 200ml [SEL, GLU], makaron z sosem bolońskim 300g, [GLU, MLE], brokuły gotowane 120g, kompot 250ml	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], kielbasa szynkowa 80g [SOJ], pomidor 50g, sałata 10g, herbata <b>II K:</b> sok pomidorowy
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	chleb bezglutenowy 90g, jogurt naturalny 150ml [MLE], sałatka jarzynowa 70g [SEL, GOR, JAJ], pomidor 50g, herbata, mandarynka	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 80g [MLE] , pomidor 50g, sałata 10g, herbata <b>II K:</b> sok pomidorowy

**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.**