

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.01.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – Podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, papryka 50g, kakao [MLE] jabłko	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy grillowany 100g, mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], masło 15g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 2 – Łatwostrawna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] jabłko	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 9 – Bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] jabłko 2śn: kaszka manna 150g [MLE, GLU]	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml, podwieczerek: kanapka z twarogiem	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], szynka tostowa 80g [SOJ] sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko pieczone	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 10g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], szynka tostowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], masło 10g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 8 – Ubogoenergetyczna	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], jajecznica 60g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 100g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	chleb razowy 60g, masło 10g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko 2śn: kanapka z twarogiem	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml, podwieczerek: gruszka	Chleb razowy 90g, masło 10g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 12 – Mielona	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] jabłko	Zupa jarzynowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g, filet drobiowy gotowany 100g w sosie pietruszkowym [GLU, MLE], mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, masło 20g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)	Kaszka manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL, MLE, GLU]	Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem drobiowym [SEL, MLE, GLU] II K: maślanka
Dieta Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] jabłko	Zupa jarzynowa na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU, MLE], ryż 150g z tuńczykiem 100g i warzywami, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło 15g [MLE], twaróg 60g, ryba pieczona, rukola 8g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] II K: maślanka
Dieta Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, jajecznica bez mleka 120g [JAJ], sałata, pomidor 50g, herbata, jabłko	Zupa jarzynowa niezaciągana 200ml [SEL], ryż 150g, filet drobiowy grillowany 100g, mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna 15g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, herbata II K: gruszka
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], jajecznica 120g [JAJ, MLE], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] jabłko	Zupa jarzynowa niezaciągana 200ml [SEL], ryż 150g, filet drobiowy grillowany 100g, mix warzyw gotowanych 120g, kompot 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], galaretką z ryby 100g [RYB SEL], szynka gotowana 40g [SOJ], rukola 8g, pomidor 50g, herbata II K: maślanka

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.