

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.01.2024r

|  | <b>Śniadanie</b>  | <b>Obiad</b>  | <b>Kolacja</b>   |
|--|---|---|--|
| <b>DIETA 1 – Podstawowa</b>  | chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], ser żółty 40g [MLE], polędwica sopocka 60g [SOJ], sałata, papryka 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka                                       | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], surówka z kapusty czerwonej 120g, woda niegazowana 250ml   | Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g |
| <b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>                                      | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], pasta twarogowa 80g [MLE], polędwica sopocka 60g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka  | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml   | Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g                         |
| <b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>                                    | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], pasta twarogowa 80g [MLE], polędwica sopocka 60g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka<br><b>2śn:</b> kanapka z dębicką [MLE, GLU, SOJ] | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml<br><b>podwieczorek:</b> budyń na mleku 150g [MLE]   | Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g                         |
| <b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>             | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], pasta twarogowa 80g [MLE], polędwica sopocka 60g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko pieczone  | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka gotowana 120g, woda niegazowana 250ml  | Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g                         |
| <b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>    | chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g, masło 10g [MLE], pasta twarogowa 80g [MLE], polędwica sopocka 60g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka                                 | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml   | Chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g |
| <b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>                                 | chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], pasta twarogowa 60g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka                                 | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 180g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml   | chleb razowy 60g, margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 60g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g                                      |
| <b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b> | chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, pasta twarogowa 60g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka<br><b>2śn:</b> kanapka z dębicką [MLE, GLU, SOJ]               | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 180g, udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml<br><b>podwieczorek:</b> surówka z kapusty czerwonej | Chleb razowy 90g, margaryna roślinna 15g, margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g              |
| <b>DIETA 12 – Mielona</b>  | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], pasta twarogowa 60g [MLE], polędwica sopocka 40g [SOJ], sałata, pomidor b/ skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], jabłko pieczone                                 | Zupa kalafiorowa 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 180g, mięso drobiowe mielone ok. 100g, marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml   | Chleb razowy 90g, margaryna roślinna 15g, margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g              |
| <b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>                          | Kasza 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]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g  |
| <b>Dieta Wegetariańska</b>   | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser żółty 80 [MLE], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE], gruszka  | Zupa kalafiorowa na wywarze jarskim 200ml [SEL, GLU, MLE], makaron z sosem brokułowym 250g [GLU, MLE] niegazowana 250ml   | Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna roślinna 15g, pasta z zielonego groszku, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE]<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 100g                                     |
| <b>Dieta Bezmleczna</b>  | chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, polędwica sopocka 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata, gruszka   | Zupa kalafiorowa niezabielana 200ml [SEL], udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml  | Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata<br><b>II K:</b> mus owocowy 100g  |
| <b>Dieta Bezglutenowa</b>  | chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], ser żółty 80 [MLE], sałata, pomidor 50g, herbata, gruszka  | Zupa kalafiorowa niezabielana 200ml [SEL], udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [GOR], marchewka z groszkiem 120g, woda niegazowana 250ml  | chleb bezglutenowy 90g, margaryna roślinna 15g, kielbasa bankietowa 80g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata<br><b>II K:</b> jogurt naturalny 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.**