

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.01.2024r

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

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.