

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.03.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>DIETA 1 – Podstawowa</b>	chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 60g, masło 15g [MLE], jajko [JAJ], kiebasa biała 100g[SOJ]sałata, papryka 50g, kakao [MLE] <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g [GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, zraz wieprzowy 100g w sosie [GLU, MLE], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 60g [GLU], chleb razowy 30g [GLU],masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g ogórek 60g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 2 – Łatwostrawna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie [GLU, MLE], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 9 – Bogatobiałkowa</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] Babka zebra 100g[GLU, JAJ] <b>2śn:</b> kanapka z wędliną [MLE, GLU, SOJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie [GLU, MLE], buraczki 120g, kompot 250ml, <b>podwieczerek.:</b> jogurt naturalny 150g [MLE]	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 10g [MLE], dżem 25g, szynka gotowana 60g [SOJ], sałata, pomidor b/skóry 50g, herbata, <b>IIŚ:</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie, warzywa gotowane 120g [SEL], kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g, pomidor b/skóry 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 60g,masło 10g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata, <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU, MLE], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie, buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 60g, chleb pszenno-żytni 30g [GLU], masło roślinne 15g, schab pieczony 80g [SOJ] pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 8 – Ubogoenergetyczna</b>	chleb razowy 60g [GLU], chleb pszenno-żytni 30g, masło 10g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata, <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 180g, schab z morelą 100g, buraczki 120g, kompot 250ml,	chleb razowy 60g, masło roślinne 15g, schab pieczony 4g [SOJ] schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 60g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>	chleb razowy 90g [GLU], masło 10g, jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, herbata <b>IIŚ.</b> Mandarynka	Rosół z makaronem[SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie [GLU], buraczki 120g, kompot 250ml, <b>podwieczerek:</b> jogurt naturalny 150g	Chleb razowy 90g, masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g, pomidor 50g, sałata 10g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mus owocowy 100g
<b>DIETA 12 – Mielona</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], pomidor b/skóry 50g, kakao [MLE] babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie [GLU], buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb razowy 90g, masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 100g, pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)</b>	Kasza manna [GLU, MLE], serek homogenizowany [MLE]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [seler]	Zupa warzywna z ziemniakami i mięsem drobiowym [seler] <b>II K:</b> mus owocowy 100g
<b>Dieta Wegetariańska</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], masło 15g [MLE], ser żółty 60g[MLE], jajko 1szt. , sałata 10g, pomidor 50g, kakao 250ml [MLE] <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Jarzynowa 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, jajko sadzone 2 sztuki, buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, dżem 25g, sałatka jarzynowa 100g, kawa zbożowa z mlekiem [GLU, MLE] <b>II K:</b> mandarynka
<b>Dieta Bezmleczna</b>	chleb pszenno-żytni 120g [GLU], margaryna 15g, jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ] sałata, pomidor 50g, herbata, <b>IIŚ.</b> Babka zebra 100g[GLU, JAJ]	Rosół z makaronem 200ml [SEL, GLU], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g w sosie buraczki 120g, kompot 250ml,	Chleb pszenno-żytni 90g [GLU], masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 60g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata <b>II K:</b> mus owocowy 100g
<b>Dieta Bezglutenowa</b>	chleb bezglutenowy 90g, masło 15g [MLE], jajko 1szt, szynka gotowana 40g [SOJ], sałata, pomidor 50g, kakao [MLE] <b>IIŚ.</b> mandarynka	Rosół 200ml [SEL], ziemniaki 230g, schab z morelą 100g, buraczki 120g, kompot 250ml,	chleb bezglutenowy 90g, masło roślinne 15g, schab pieczony 40g [SOJ] sałatka jarzynowa 60g, pomidor 50g, sałata 10g, herbata <b>II K:</b> mus owocowy 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.**