

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.07.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – Podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [glu] chleb razowy 60g [glu] masło 15g [mle] ser żółty 40g [mle] połędwica sopocka 60g [soj] sałata 10g, ogórek 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa 200 ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] sos pieczeniowy [glu, mle] surówka z kapusty białej 120g kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 60g [glu] chleb razowy 30g [glu] margaryna roślinna 15g, kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 2 – Łatwostrawna	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] pasta twarogowa 80g [mle] połędwica sopocka 60g [soj] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa 200ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] sos pieczeniowy [glu, mle] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu], margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 9 – Bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] pasta twarogowa 80g [mle] połędwica sopocka 60g [soj] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi 2s: kanapka z dębicką [glu, mle, soj]	Zupa koperkowa 200ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] sos pieczeniowy [glu, mle] marchewka junior 120g kompot 250ml podwieczorek.: budyń na mleku 150g [MLE]	chleb pszenno-żytni 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 3 – Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 10g [mle] pasta twarogowa 80g [mle] połędwica sopocka 60g [soj] pomidor b/skóry 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] jabłko	Zupa koperkowa 200ml [sel] ziemniaki 230g udziec z kurczaka gotowany ok. 180g [gor] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] pomidor b/skóry 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 7 – O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	chleb razowy 120g [glu] masło 10g [mle] pasta twarogowa 80g [mle] połędwica sopocka 60g [soj] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa 200ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb razowy 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 8 – Ubogoenergetyczna	chleb razowy 90g [glu] masło 10g [mle] pasta twarogowa 60g [mle] połędwica sopocka 40g [soj] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa 150ml [sel, glu mle] ziemniaki 180g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb razowy 60g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 120g [glu] masło 10g [mle] pasta twarogowa 60g [mle] połędwica sopocka 40g [soj] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] 2s: kiwi	Zupa koperkowa 200ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] sos pieczeniowy [glu, mle] marchewka junior 120g kompot 250ml podwieczorek: kanapka z dębicką [glu, mle, soj]	chleb razowy 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 12 – Mielona	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] pasta twarogowa 60g [mle] połędwica sopocka 40g [soj] pomidor b/ skóry 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa 200ml [sel, glu mle] ziemniaki 230g mięso drobiowe mielone ok. 100g [gor] sos pieczeniowy [glu, mle] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb razowy 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu mle] II K: kefir 200ml [MLE]
DIETA 14 - Płynna wzmocniona (mix)	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] II K: kefir 200ml [MLE]
Dieta Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] pasta z twarogu 80g [mle] sałata 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] kiwi	Zupa koperkowa jarska 200ml [sel, glu mle] placki ziemniaczane 3 szt. z sosem marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] margaryna roślinna 15g jajko gotowane 1 szt. [jaj] dżem owocowy 25g pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: kefir 200ml [MLE]
Dieta Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [glu] margaryna 15g połędwica sopocka 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g herbata, kiwi	Zupa koperkowa niezabielana 200ml [sel], udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata 10g, pomidor 50g, herbata II K: mus owocowy 100g
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 90g masło 15g [mle] pasta z twarogu 80g [mle] sałata, pomidor 50g herbata, kiwi	Zupa koperkowa niezabielana 200ml [sel], udziec z kurczaka pieczony ok. 180g [gor] marchewka junior 120g kompot 250ml	chleb bezglutenowy 90g margaryna roślinna 15g kiełbasa bankietowa 80g [soj] sałata, pomidor 50g, herbat II K: kefir 200ml [MLE]

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