

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.07.2024r

	Śniadanie	Obiad	Kolacja
DIETA 1 – podstawowa	chleb pszenno-żytni 60g [glu] chleb graham 60g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g,	Zupa z cukinii 200ml, [glu, sel, mle] Ziemniaki 230g, Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] surówka z kapusty kiszzonej 120g, kompot 250 ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, ser żółty 80g, [mle] miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 2 – Łatwo strawna	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii [glu, sel, mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 9 – bogatobiałkowa	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś kasza manna, banan	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml Podwieczorek: kanapka z ogórkiem św.	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 3 – Łatwo strawna z ograniczenie tłuszczu	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 10g [mle] dżem niskosłodzony 25g, blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Warzywa gotowane 120g[sel] Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 10g, tuńczyk 60g [ryb], miód 25g sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 7 Łatwostrawna z ograniczeniem kw. tłuszczowych	chleb razowy 120g [glu] masło 10g [mle] dżem niskosłodzony 25g, blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 10g, tuńczyk 60g [ryb], miód 25g sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 6 – Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	chleb razowy 120g [glu] masło 10g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml Podwieczorek : kanapka z ogórkiem	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 10g, jajko gotowane 2 szt. [jaj], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA VI – Niskoenergetyczna	chleb razowy 90g [glu] masło 10g [mle] mozzarella 65g [mle] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml	chleb razowy 90g [glu] masło roślinne 10g, jajko gotowane 2 szt. [jaj], sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA 12 papkowata – Mielona,	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Warzywa gotowane 120g [sel] Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
DIETA Miksowana	kasza manna na rosole[gluten], serek homogenizowany [mleko i pochodne]	zupa z cukinii z mięsem drobiowym mielonym 250ml [sel, mle]	zupa z cukinii z mięsem drobiowym mielonym 250ml [sel, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
Dieta WE Wegetariańska	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 125g [mle] pomidor 50g, roszponka 10g, kawa z mlekiem [glu, mle] IIś. banan 200g	Zupa z cukinii 200ml [glu, sel mle] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g, sałata, pomidor 50g, kawa zbożowa z mlekiem [glu, mle] II K: maślanka 400ml[MLE]
Dieta ML Bezmleczna	chleb pszenno-żytni 120g [glu] masło roślinne 15g blok drobiowy 80g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, herbata IIś. banan 200g	Zupa z cukinii niezaciągana [sel] Ziemniaki 230g ryba zapiekana 100g Marchewka gotowana 120g Kompot 250ml	chleb pszenno-żytni 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g sałata, pomidor 50g, herbata II K: mus owocowy 100g
Dieta Bezglutenowa	chleb bezglutenowy 120g [glu] masło 15g [mle] mozzarella 65g [mle] blok drobiowy 60g [soj] pomidor 50g, roszponka 10g, herbata IIś. banan 200g	Zupa z cukinii niezaciągana [sel] Ziemniaki 230g Ryba zapiekana 100g w sosie musztardowo miodowym [ryb, mle, gor] Surówka z selera i jabłka 120g [sel] Kompot 250ml	chleb bezglutenowy 90g [glu] masło roślinne 15g, jajko gotowane 2 szt.[jaj] miód 25g, sałata, pomidor 50g, herbata II K: maślanka 400ml[MLE]