

JADŁOSPIS
25.04.2024 CZWARTEK

Dieta	śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dodatkowy posiłek	Wartość odżywcza
PODSTAWOWA	Zupa mleczna 300ml (1,2) Kawa zbożowa a mleku 250ml(1,2) Chleb pszenny z masłem 80g (1,2) Ser żółty 80g (2) Sałata 10g Rzodkiewka 30g Pomidor 60g		Zupa ziemniaczana 300ml (2,6) Makaron z kurczakiem i sosem brokułowym 200g (1,2) woda 250ml	Naleśniki z dżemem i jogurtem naturalnym 70g/ 1szt. (1,2,3)	Herbata 250ml Chleb pszenny z masłem 100g (1,2) Serdelki na gorąco 80g (5) Pomidor 60g Sałata 10g		KCAL: 2010 Tłuszcz: 70g w tym NKT: 22g Węglowodany: 284g Białko 83g Sól: 5g Błonnik: 26g
ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna 300ml (1,2) Kawa zbożowa a mleku 250ml(1,2) Chleb pszenny z masłem 100g (1,2) Jajecznica na maśle 130g (2,3) Pomidor 60g Sałata 10g		Zupa ryżowa 300ml (2,3,6) Pulpety w sosie pomidorowym 150g (1,3) Ziemniaki 270g Buraczki z oliwą 120g Woda 250ml	Naleśniki z dżemem i jogurtem naturalnym 70g/ 1szt. (1,2,3)	Herbata 250ml Chleb pszenny z masłem 100g (1,2) Polędwica drobiowa 80g (5) Ogórek 60g Sałata 5g		KCAL: 2010 Tłuszcz: 62g w tym NKT: 22g Węglowodany: 294g Białko 90g Sól: 5g Błonnik: 23g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa a mleku 250ml (1,2) Chleb razowy IG z masłem 100g (1,2) Jajecznica na maśle 130g (2,3) Pomidor 60g Sałata 10g	Jabłko 1szt. Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (2,3,6) Pulpety w sosie pomidorowym 150g (1,3) Ziemniaki 270g Buraczki z oliwą 120g Woda 250ml	Kefir 150g (2)	Herbata 250ml Chleb razowy IG z masłem 100g (1,2) Polędwica drobiowa 80g (5) Ogórek 60g Sałata 5g	Herbata 250ml Chleb razowy IG z masłem 30g (1,2) Blok drobiowy 30g (5) Pomidor 60g Sałata 5g	KCAL: 1907 Tłuszcz: 55g w tym NKT: 15g Węglowodany: 295g Białko 89g Sól: 5g Błonnik: 37g
DZIECIĘCA	Zupa mleczna 300ml (1,2) Herbata 250ml Chleb pszenny z masłem 100g (1,2) Jajecznica na maśle 130g (2,3) Pomidor 60g Sałata 10g	Jogurt owocowy 150g (2) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (2,3,6) Pulpety w sosie pomidorowym 150g (1,3) Ziemniaki 270g Buraczki z oliwą 120g Woda 250ml	Naleśniki z dżemem i jogurtem naturalnym 70g/ 1szt. (1,2,3)	Herbata 250ml Chleb pszenny z masłem 100g (1,2) Polędwica drobiowa 80g (5) Pomidor 60g Sałata 5g		KCAL: 2018 Tłuszcz: 69g w tym NKT: 32g Węglowodany: 285g Białko 82g Sól: 5g Błonnik: 27g
CIAŻOWA (I,II,III)	Zupa mleczna 300ml (1,2) Kawa zbożowa a mleku 250ml (1,2)	Jogurt owocowy 150g (2) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (2,3,6) Pulpety w sosie pomidorowym 150g	Naleśniki z dżemem i jogurtem naturalnym 70g/ 1szt. (1,2,3)	Herbata 250ml Chleb graham z masłem 100g (1,2) Polędwica drobiowa 80g (5)	Herbata 250ml Chleb graham z masłem 30g (1,2)	KCAL: 2121 Tłuszcz: 69g w tym NKT:

JADŁOSPIS
25.04.2024 CZWARTEK

TRYMESTR)	Chleb graham z masłem 100g (1,2) Jajecznica na maśle 130g (2,3) Pomidor 60g Sałata 10g	Herbata 250ml	(1,3) Ziemniaki 270g Buraczki z oliwą 120g Woda 250ml		Ogórek 60g Sałata 5g	Blok drobiowy 30g (5) Pomidor 60g Sałata 5g	23g Węglowodany: 309g Białko 88g Sól: 5g Błonnik: 30g
------------------	---	---------------	---	--	-------------------------	--	--

Alergeny: Posiłki zawierają alergenów: 1-zboża zawierające gluten , 2-mleko krowie i pochodne, 3-jaja i pochodne, 4- ryby i pochodne, 5-soja i pochodne, 6-seler , 7- gorczyca, 8-sezam, 9-skorupiaki, 10-orzechy, 11-dwutlenek siarki i siarczyny, 12-łubin, 13- orzeszki ziemne, 14- mięczaki. Przyprawy mogą zaw.śladowe ilości glutenu, mleka, soi, selera i gorczycy.

W wędlinach, sałatkach rybnych i pasztetach, wg informacji od producenta, śladowo mogą wystąpić: gluten, mleko, jaja, ryby, soja, seler, gorczyca i sezam. Istnieje możliwość zmian w jadłospisie z przyczyn niezależnych od kuchni