

Jadłospis na dzień: piątek 1.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 79,5gB; 89,0gT; 299,7gW	-Zupa mleczna z ryżem -Twaróg ze śmietaną i cebulą -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata czarna Alergeny: 1,7	250ml 80g 60g 10g 150g 200 ml	170 160 16 74 299	-Zupa fasolowa z ziemniakami - Ryba smażona panierowana -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kapusty kiszzonej -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	350ml 150g 200g 120g 200ml	228 350 138 79 56	-Sałatka ryżowa z kurczakiem i majonezem -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	180g 10g 150g 200ml	238 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 72,6gB; 73,4gT; 293,4gW	-Zupa mleczna z ryżem -Twaróg z jogurtem -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	170 147 16 74 299	-Zupa z fasolki szparagowej -Pulpet rybny w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem -Gotowany brokuł -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	350ml 150g+ 80g sos 200g 120g 200ml	119 350 138 64 56	- Sałatka ryżowa z kurczakiem i jogurtem naturalnym -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	180g 10g 150g 200ml	198 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 75,9gB; 71,9gT; 303,3gW	-Zupa mleczna z ryżem brązowym -Twaróg z jogurtem -Pomidor -Masło - Pieczywo razowe -Herbata Alergeny: 1,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	178 147 16 74 268	-Zupa z fasolki szparagowej -Pulpet rybny w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kapusty kiszzonej -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	350ml 150g+ 80g sos 200g 120g 200ml	119 350 138 79 56	- Sałatka ryżowa z ryżu brązowego z kurczakiem i jogurtem naturalnym -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	180g 10g 150g 200ml	198 74 299 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Jabłko	150ml	75	Jogurt owocowy – 1szt.			Szynka wieprzowa	40g	63
							Masło	10g	74
MIX							Pieczywo razowe	60g	134
	- MIX zupy mlecznej z ryżem - MIX II sałatki jarzynowej z dodatkiem masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250ml 350g	270 523	-MIX zupy z fasolki szparagowej -MIX II pulpetu w sosie + ziemniaki + gotowane warzywa + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	217 618	-Sok pomidorowy -MIX pasty z twarogu, wędliny, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	100ml 350g	16 470

Jadłospis na dzień: sobota 2.12.23

j	DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
	PODSTAWOWA 61,1gB; 69,0gT; 310gW	-Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi -Dżem owocowy -Wędlina wieprzowa -Ogórek -Masło - Pieczywo mieszane -Kawa zbożowa z mlekiem Alergeny: 1,6,7	250ml 25g 40g 80g 10g 150g 200 ml	223 45 67 16 74 299 102	-Zupa krupnik jęczmienny -Bigos ze słodkiej kapusty z kielbasą - Ziemniaki -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 250g 200g 200ml	198 280 138 56	-Serek topiony -Pasta z wędliny z natką pietruszki i musztardą -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,6,7,10	17g 60g 80g 10g 150g 200ml	60 80 16 74 299 26
	ŁATWOSTRAWNA 69,6gB; 54,5gT; 304,5gW	-Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi -Dżem owocowy -Wędlina wieprzowa -Ogórek b/s -Masło - Pieczywo mieszane -Kawa zbożowa z mlekiem Alergeny: 1,6,7	250ml 25g 40g 80g 10g 150g 200 ml	223 45 16 74 299 102	-Zupa krupnik jęczmienny -Sos mięsno-warzywny -Ziemniaki - Warzywa z wody (brokuł, kalafior, marchewka) -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 150g 200g 120g 200ml	198 134 138 60 56	-Pasta z wędliny z natką pietruszki -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	80g 80g 10g 150g 200ml	80 16 74 299 26
	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 77,8gB; 62,9gT; 295,9gW	-Zupa mleczna z płatkami musli 5 zbóż -Wędlina wieprzowa -Ogórek b/s -Masło - Pieczywo razowe -Kawa zbożowa z mlekiem Alergeny: 1,6,7	250ml 60g 80g 10g 150g 200 ml	270 100 16 74 268 102	-Zupa krupnik jęczmienny -Sos mięsno-warzywny -Ziemniaki - Warzywa z wody (brokuł, kalafior, marchewka) -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 150g 200g 120g 200ml	198 134 138 60 56	-Pasta z wędliny z natką pietruszki -Pomidor -Masło - Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	80g 80g 10g 150g 200ml	112 16 74 268 26
		II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
		Maślanka	150ml	49	Wafelek – 1szt.			Wędlina drobiowa	40g	56
		IIIp. – kisiel owocowy	150ml					Masło	10g	74
								Pieczywo razowe	60g	134
	MIX	-MIX zupy z kaszą manną i sokiem owocowym -MIX z wędliny drobiowej, serka kanapkowego ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	194 473	-MIX zupy krupniku -MIX II mięso drobiowe w sosie + ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	138 470	-Sok pomidorowy -MIX II mięsa drobiowego gotowanego z gotowaną pieczarką, jajkiem gotowanym i pietruszką, Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	100ml 300g	16 565

Jadłospis na dzień: niedziela 3.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 73,5gB; 82,1gT; 256,3gW	-Zupa mleczna z kaszą manną -Jajko gotowane -Wędlina drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 80g 10g 150g 200 ml	160 55 31 16 74 299 26	-Rosół drobiowy z makaronem -Kotlet drobiowy panierowany -Ziemniaki z koperkiem -Surówka Colesław -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g 200g 120g 200ml	150 375 138 100 56	-Pieczeń rzymska -Kiełbasa szynkowa -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 80g 10g 150g 200ml	44 59 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 76,3gB; 77,8gT; 259,4gW	-Zupa mleczna z kaszą manną -Jajko gotowane -Wędlina drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 80g 10g 150g 200 ml	160 55 31 16 74 299 26	- Rosół drobiowy z makaronem -Bitka drobiowa gotowana w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem - Gotowany kalafior -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 120g +80g sos 200g 120g 200ml	150 320 138 40 56	-Pieczeń rzymska -Kiełbasa szynkowa -Ogórek b/s -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 80g 10g 150g 200ml	44 59 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 82,6gB; 80,0gT; 237,4gW	-Zupa mleczna z ryżem brązowym -Jajko gotowane -Wędlina drobiowa -Pomidor -Masło - Pieczywo razowe - Herbata z sokiem z cytryny Alergeny: 1,3,6,7	250ml 50g 20g 80g 10g 150g 200 ml	178 55 31 16 74 268 26	- Rosół drobiowy z makaronem - Bitka drobiowa gotowana w sosie koperkowym -Ziemniaki z koperkiem -Surówka Colesław -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g +80g sos 200g 120g 200ml	150 320 138 100 56	-Pieczeń rzymska -Kiełbasa szynkowa -Ogórek -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 80g 10g 150g 200ml	44 59 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Sok pomidorowy	100ml	16	Jabłko pieczone 150g			Pomidor	40g	12
	Wafel ryżowy	1szt	32				Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z makaronem -MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	240 520	-MIX rosółu -MIX II bitka gotowana w sosie + ziemniaki + gotowany kalafior + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	150 628	-MIX II mięso gotowane drobiowo wieprzowe z brokułem, kalafiem, serkiem kanapkowym i pietruszką Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	584

Jadłospis na dzień: poniedziałek 4.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 83,7gB; 85,5gT; 294,9gW	-Zupa mleczna z makaronem - Kiełbasa śląska na ciepło z musztardą -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Kawa zbożowa Alergeny: 1,6,7	250ml 80g + 10g 70g 10g 150g 200 ml	240 180 14 110 299 15	-Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty - Pulpet wieprzowy w sosie własnym -Ziemniaki z koperkiem - Marchewka z jabłkiem -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g+ 80g sos 200g 120g 200ml	137 348 138 86 56	-Pasta z tuńczyka i jajek z majonezem -Ogórek -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	80g 80g 10g 150g 200ml	179 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 80,4gB; 75,1gT; 307,0gW	-Zupa mleczna z makaronem -Parówka drobiowa -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Kawa zbożowa Alergeny: 1,6,7	250ml 1,5szt 80g 10g 150g 200 ml	240 180 16 74 299 15	-Zupa koperkowa z ziemniakami -Pulpet wieprzowy w sosie własnym -Ziemniaki z koperkiem - Marchewka z jabłkiem -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g+ 80g sos 200g 120g 200ml	138 348 138 86 56	- Pasta z tuńczyka i jajek z jogurtem naturalnym - Ogórek -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	80g 80g 10g 150g 200ml	120 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 73,8gB; 78gT; 277,4gW	-Zupa mleczna z makaronem razowym -Kiełbasa śląska na ciepło -Pomidor -Masło - Pieczywo mieszane -Kawa zbożowa Alergeny: 1,6,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	178 170 16 74 299 15	-Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty - Pulpet wieprzowy w sosie własnym -Ziemniaki z koperkiem - Marchewka z jabłkiem -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 120g+ 80g sos 200g 120g 200ml	137 348 138 86 56	- Pasta z tuńczyka i jajek z jogurtem naturalnym - Ogórek -Masło - Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,4,7	80g 80g 10g 150g 200ml	120 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Kefir naturalny	150ml	77	Galaretki owocowa 150g			Wędlina wieprzowa	40g	56
	III p. – galaretki owocowa	150g					Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy mlecznej z płatkami kukurydzianymi -MIX z parówki drobiowej, jajko gotowane, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	223 470	-MIX zupy koperkowej -MIX II pulpety wieprzowy w sosie + ziemniaki + marchewka gotowana + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	198 736	-MIX II mięsa drobiowego gotowanego, z twarogiem, pietruszką i masłem 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	641

Jadłospis na dzień: wtorek 5.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 94,3gB; 74,0gT; 312,2gW	-Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Dżem owocowy -Szynka z indyka -Rzodkiewka -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,6,7	250ml 25g 40g 80g 10g 150g 200 ml	270 45 60 16 74 299	- Żurek - Naleśniki z twarogiem i polewą jogurtową - Jabłko -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 300g + 50g 120g 200ml	124 729 60 56	-Polędwica drobiowa -Ser żółty -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	40g 20g 80g 10g 150g 200ml	35 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 93,6gB; 74,0gT; 309,8gW	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Dżem owocowy -Szynka z indyka -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,6,7	250ml 25g 40g 80g 10g 150g 200 ml	270 45 60 16 74 299	- Bulion warzywny z ziemniakami - Naleśniki z twarogiem i polewą jogurtową - Jabłko -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 300g + 50g 120g 200ml	110 729 60 56	-Polędwica drobiowa -Ogórek -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	53 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 88,9gB; 69,7gT; 294,4gW	- Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Szynka z indyka -Rzodkiewka -Masło -Pieczywo razowe -Herbata Alergeny: 1,6,7	250ml 60g 80g 10g 150g 200 ml	270 90 16 74 268	- Żurek - Naleśniki z twarogiem i polewą jogurtową bez cukru - Jabłko -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,7,9	350ml 300g + 50g 120g 200ml	124 696 60 56	-Polędwica drobiowa -Ogórek -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,6,7	60g 80g 10g 150g 200ml	53 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Jabłko	150g	75	Sok owocowy 200ml			Szynka wieprzowa	40g	56
							Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z kaszą jaglaną -MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	270 520	-MIX zupy bulionu -MIX II sos mięsno-warzywny + ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	122 570	-MIX mięso gotowane drobiowo wieprzowe z gotowaną włoszczyzną, serkiem kanapkowym i pietruszką Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	592

Jadłospis na dzień: środa 6.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 79,5gB; 77,3gT; 324,5gW	-Zupa mleczna z płatkami miodowymi	250ml	290	-Zupa jarzynowa z ziemniakami - Gołąbek w sosie pomidorowym -Ziemniaki z koperkiem - Sałatka z buraczków -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 150g + 80g sos 200g 120g 200ml	145 260 138 92 56	-Wędlina drobiowa -Wędlina wieprzowa -Pomidor -Sałata -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 60g 20g 10g 150g 200ml	45 69 18 3 74 299 26
	-Kaszanka smażona z cebulą	100g + 20g 60g 15g 150g 200 ml	275 8 110 299						
ŁATWOSTRAWNA 69,8gB; 67,5gT; 3096gW	- Zupa mleczna z płatkami miodowymi	250ml	290	-Zupa jarzynowa z ziemniakami -Siekaneć z ryżu i wieprzowiny bez kapusty w sosie pomidorowym - Ziemniaki z koperkiem - Sałatka z buraczków -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 150g+ 80g sos 200g 120g 200ml	145 260 138 92 56	-Wędlina drobiowa -Wędlina wieprzowa -Pomidor -Sałata -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 60g 20g 10g 150g 200ml	45 69 12 3 74 299 26
	-Pasta jajeczna z koperkiem -Wędlina wieprzowa -Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,3,6,7	60g 20g 80g 10g 150g 200 ml	90 29 16 74 299						
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 69,7gB; 67,6gT; 296,8gW	-Zupa mleczna z musli 5 zbóż	250ml	290	-Zupa jarzynowa z ziemniakami - Gołąbek w sosie pomidorowym - Ziemniaki z koperkiem - Sałatka z buraczków -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 160g+ 80g sos 200g 120g 200ml	145 260 138 92 56	-Wędlina drobiowa -Wędlina wieprzowa -Pomidor -Sałata -Masło - Pieczywo razowe -Herbata z sokiem z cytryny bez cukru Alergeny: 1,6,7	30g 30g 60g 20 10g 150g 200ml	45 69 18 3 74 268 26
	-Pasta jajeczna z koperkiem	60g	90						
	-Wędlina wieprzowa	20g	29						
	-Ogórek kiszony	80g	16						
	-Masło	10g	74						
- Pieczywo razowe	150g	268							
-Herbata	200 ml								
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Maślanka	150ml	49	Biszkopt 3szt.			Pomidor	40g	10
	IIIp. – wafel ryżowy	2szt.	64				Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z płatkami miodowymi -MIX z wędliny wieprzowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej	250g 350g	290 520	-MIX zupy jarzynowej -MIX II siekaneć z ryżu i wieprzowiny + sos + buraczki gotowane + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	138 766	-MIX II pasta z mięsa drobiowo wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior i pietruszką ,z masłem 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	300g	640

Jadłospis na dzień: czwartek 7.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAD	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 94,9gB; 71,2gT; 293,1gW	- Zupa mleczna z ryżem -Parówka drobiowa z ketchupem -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 1,5 szt. + 20g 60g 10g 150g 200 ml	170 120 16 74 299 26	-Zupa ogórkowa -Gulasz segetyński -Kasza jęczmienna na sypko - Surówka z czerwonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	148 296 242 106 56	-Paszтет -Serek topiony -Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	60g 17g 80g 10g 150g 200ml	79 60 16 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 85,6gB; 58,6gT; 288,8gW	- Zupa mleczna z ryżem -Parówka drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 1,5 szt. 80g 10g 150g 200 ml	170 120 16 74 299 26	-Zupa marchwianka -Gulasz wieprzowy z warzywami -Kasza jęczmienna na sypko - Fasolka szparagowa gotowana -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	97 296 218 40 56	-Paszтет - Ogórek kiszony -Masło - Pieczywo mieszane -Herbata z sokiem z cytryny bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	80g 80g 10g 150g 200ml	105 16 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 90,9gB; 68,0gT; 286,2gW	- Zupa mleczna z ryżem brązowym -Parówka drobiowa -Pomidor -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa Alergeny: 1,6,7	250ml 1,5 szt. 80g 10g 150g 200 ml	178 120 16 74 268 26	- Zupa ogórkowa -Gulasz segetyński -Kasza jęczmienna na sypko - Surówka z czerwonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,7,9	350ml 200g 200g 120g 200ml	148 296 242 106 56	-Paszтет - Ogórek kiszony -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,6,7	80g 80g 10g 150g 200ml	105 16 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Sok pomidorowy	150ml	24	Owoc – 1szt.			Wędlna drobiowa	40g	43
							Masło	10g	74
							Pieczywo razowe	60g	134
MIX	-MIX zupy z płatkami żytnimi -MIX z wędliny wieprzowej, parówki, pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	270 520	-MIX zupy ogórkowej -MIX II gulaszu wieprzowego + kasza jęczmienna + buraczki + masło 82% (15g) Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	148 716	-MIX II pasta z wędliny z gotowanym kurczakiem, kalafiorem i pietruszką z dodatkiem masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g	594

Jadłospis na dzień: piątek 8.12.23

DIETA	ŚNIADANIE	WAGA	KCAL	OBIAŁ	WAGA	KCAL	KOLACJA	WAGA	KCAL
PODSTAWOWA 80,5gB; 90,2gT; 303,5gW	-Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Ser żółty -Ogórek świeży -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	270 140 16 74 299	-Zupa grochowa -Kotlet rybny smażony -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kiszzonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	350ml 120g 200g 120g 200ml	186 350 138 79 56	-Sałatka makaronowa z szynką, jajkiem, marchwią i z majonezem -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7	180g 10g 150g 200ml	225 74 299 26
ŁATWOSTRAWNA 74,8gB; 75,5gT; 302,0gW	-Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Serek kanapkowy -Ogórek świeży -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata Alergeny: 1,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	270 90 16 74 299	- Rosolnik z ryżem -Pulpet rybny w sosie pomidorowym -Ziemniaki z koperkiem -Gotowany kalafior -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	350ml 120g+ 80g sos 200g 120g 200ml	173 350 138 40 56	-Sałatka makaronowa z szynką, jajkiem, marchwią i z jogurtem naturalnym -Masło -Pieczywo mieszane -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7	180g 10g 150g 200ml	185 74 299 26
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 78,7gB; 74,6gT; 314,7gW	-Zupa mleczna z płatkami owsianymi -Serek kanapkowy -Ogórek świeży -Masło -Pieczywo razowe -Herbata Alergeny: 1,7	250ml 80g 80g 10g 150g 200 ml	270 90 16 74 299	- Rosolnik z ryżem brązowym -Pulpet rybny w sosie pomidorowym -Ziemniaki z koperkiem -Surówka z kiszzonej kapusty -Kompot bez cukru Alergeny: 1,3,4,7,9	350ml 120g+ 80g sos 200 120g 200ml	173 350 138 79 56	-Sałatka makaronowa (makaron razowy) z szynką, jajkiem, marchwią i z jogurtem naturalnym -Masło -Pieczywo razowe -Herbata owocowa bez cukru Alergeny: 1,3,7	180g 10g 150g 200ml	185 74 268 26
	II ŚNIADANIE			PODWIECZOREK			POSIŁEK NOCNY		
	Jabłko	150ml	75	Jogurt owocowy – 1szt.			Pasta z twarogku z jogurtem	40g	74
							Masło	10g	74
						Pieczywo razowe	60g	134	
MIX	-MIX zupy mlecznej z ryżem -MIX pasty z twarogu, wędliny, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	250g 350g	270 470	-MIX zupy rosolniku -MIX II pulpet w sosie pomidorowym+ ziemniaki + gotowany kalafior + masło 82% 15g Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	350g 400g	173 618	-Sok pomidorowy -MIX II makaronowej i wędliny z dodatkiem masła 82% Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	100ml 350g	16 624