

### Jadłospis na dzień: sobota 27.01.2024

| DIETA   | ŚNIADANIE   | WAGA  | KCAL                                      | OBIAD   | WAGA                                   | KCAL                          | KOLACJA   | WAGA                                      | KCAL                              |
|---|---|---|---|---|--|-------------------------------|---|---|-----------------------------------|
| PODSTAWOWA  | -Zupa mleczna z płatkami miodowymi<br>-Ser żółty<br>-Szynka wieprzowa<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 250ml<br>40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 290<br>128<br>46<br>16<br>74<br>299<br>15 | -Zupa koperkowa z ziemniakami<br>-Fasolka po bretońsku<br>-Jabłko<br>-Ziemniaki<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>  | 350ml<br>300g<br>120g<br>200g<br>200ml | 138<br>389<br>44<br>138<br>56 | -Serek topiony<br>-Pasta z wędliny z natką pietruszki i musztardą<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7,10</b>                     | 17g<br>50g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 51<br>80<br>16<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA                                      | -Zupa mleczna z płatkami miodowymi<br>-Wędlna drobiowa<br>-Szynka wieprzowa<br>-Ogórek b/s<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 250ml<br>40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 290<br>70<br>46<br>16<br>74<br>299<br>15  | -Zupa koperkowa z ziemniakami<br>-Risotto mięsno-warzywne<br>-Jabłko<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>   | 350ml<br>300g<br>120g<br>200ml         | 138<br>383<br>44<br>56        | -Pasta z wędliny z natką pietruszki<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7</b>  | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml        | 128<br>16<br>74<br>299<br>26      |
| Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | -Zupa mleczna z płatkami musli 5 zbóż<br>-Wędlna drobiowa<br>-Szynka wieprzowa<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 250ml<br>40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 270<br>70<br>46<br>16<br>74<br>268<br>15  | -Zupa koperkowa z ziemniakami<br>-Risotto mięsno-warzywne<br>-Jabłko<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>   | 350ml<br>300g<br>120g<br>200ml         | 138<br>383<br>44<br>56        | -Pasta z wędliny z natką pietruszki<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7</b>  | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml        | 128<br>16<br>74<br>268<br>26      |
|   | <b>II ŚNIADANIE</b>   |   |   | Drożdżówka – 1/2szt.  |  |                               | <b>POSIŁEK NOCNY</b>  |   |                                   |
|   | Sok pomidorowy  | 100ml   | 16  |   |  |                               | Wędlna drobiowa   | 40g                                       | 56                                |
|   | Wafel ryżowy  | 1szt  | 32  |   |  |                               | Masło   | 10g                                       | 74                                |
| MIX   | -MIX zupy z kaszą manną i sokiem owocowym<br>-MIX z wędliny drobiowej, serka kanapkowego ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g)<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 250g<br>350g  | 194<br>473                                | -MIX zupy koperkowej<br>-MIX II risotto mięsno-warzywne + warzywa gotowane + masło 82% 15g<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7,9</b> | 350g<br>400g                           | 138<br>753                    | -Sok pomidorowy<br>-MIX II mięsa drobiowego gotowanego z gotowaną pieczarką, jajkiem gotowanym i pietruszką,<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,3,7</b> | 100ml<br>300g                             | 16<br>565                         |

## Jadłospis na dzień: niedziela 28.01.2024

| DIETA  | ŚNIADANIE  | WAGA   | KCAL                                     | OBIAD   | WAGA   | KCAL                               | KOLACJA   | WAGA                               | KCAL                        |
|--|--|--|--|---|--|------------------------------------|---|------------------------------------|-----------------------------|
| PODSTAWOWA   | -Zupa mleczna z kaszą manną<br>-Jajecznicza z cebulą<br><br>-Pomidor<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>                    | 250ml<br>100g +<br>20g<br>60g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 160<br>210<br><br>16<br>74<br>299<br>26  | -Zupa pomidorowa z makaronem<br>-Kotlet drobiowy panierowany<br>-Ziemniaki z koperkiem<br>- Surówka familijna<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9,10</b>                 | 350ml<br>120g<br>200g<br>120g<br>200ml             | 222<br>320<br>138<br>121<br>56     | -Paszтет<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7</b> | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 105<br>9<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA   | - Zupa mleczna z kaszą manną<br>-Jajko gotowane<br>-Wędliną drobiową<br>-Pomidor<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>        | 250ml<br>50g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml    | 160<br>78<br>31<br>16<br>74<br>299<br>26 | - Zupa pomidorowa z makaronem<br>- Bitka drobiowa w sosie koperkowym<br>-Ziemniaki z koperkiem<br>- Pieczony kalafior<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>            | 350ml<br>120g<br>+80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 222<br>280<br><br>138<br>24<br>56  | -Paszтет<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7</b> | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 105<br>9<br>74<br>299<br>26 |
| Z OGRANICZENIEM<br>ŁATWO<br>PRZYSWAJALNYCH<br>WĘGLOWODANÓW | - Zupa mleczna z płatkami owsianymi<br>-Jajko gotowane<br>-Wędliną drobiową<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>- Herbata z sokiem z cytryny<br><b>Alergeny: 1,3,7</b> | 250ml<br>50g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml    | 270<br>78<br>31<br>16<br>74<br>268<br>26 | - Zupa pomidorowa z makaronem razowym<br>- Bitka drobiowa w sosie koperkowym<br>-Ziemniaki z koperkiem<br>- Surówka familijna<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9,10</b> | 350ml<br>120g<br>+80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 218<br>280<br><br>138<br>121<br>56 | -Paszтет<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo razowe<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,6,7</b>   | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 105<br>9<br>74<br>268<br>26 |
|  | <b>II ŚNIADANIE</b>  |  |  | Jogurt naturalny – 1szt.  |  |                                    | <b>POSIŁEK NOCNY</b>  |                                    |                             |
|  | Maślanka   | 150ml  | 49                                       |   |  |                                    | Szynka z indyka   | 40g                                | 71                          |
|  | Illp. – kisiel owocowy   | 150ml  | 23                                       |   |  |                                    | Masło   | 10g                                | 74                          |
|  |  |  |  |   |  | Pieczywo razowe                    | 60g   | 134                                |                             |
| MIX  | -MIX zupy z mlecznej z płatkami ryżowymi   | 250g   | 290                                      | -MIX zupy pomidorowej z makaronem   | 350g   | 222                                | -MIX II mięso gotowane drobiowo wieprzowe z brokułem, kalafiolem, serkiem kanapkowym i pietruszką                     | 350g                               | 584                         |
|  | -MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g)<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>   | 350g   | 520                                      | -MIX II bitka w sosie + ziemniaki + warzywa gotowane+ masło 82% 15g<br>Również dla diety miksowanej<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>   | 400g   | 628                                | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b>   |                                    |                             |

### Jadłospis na dzień: poniedziałek 29.01.2024

| DIETA   | ŚNIADANIE  | WAGA   | KCAL                                | OBIAD  | WAGA                                    | KCAL                   | KOLACJA  | WAGA                                      | KCAL                              |
|---|--|--|-------------------------------------|--|---|------------------------|--|---|-----------------------------------|
| PODSTAWOWA  | -Zupa mleczna z ryżem<br>-Kiełbasa z rusztu z cebulą z ketchupem<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,7</b>   | 250ml<br>80g+20g<br>+10g<br>50g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 170<br>220<br>10<br>74<br>299<br>15 | -Zupa ogórkowa<br>- Kluski śląskie z sosem pieczarkowym<br>-Surówka z buraczków<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>   | 350ml<br>200g+<br>150g<br>120g<br>200ml | 186<br>460<br>92<br>56 | -Pasta jajeczna<br>-Rzodkiewka<br>-Sałata masłowa<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>      | 80g<br>60g<br>20g<br>10g<br>150g<br>200ml | 120<br>11<br>3<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA                                      | -Zupa mleczna z ryżem<br>-Parówka drobiowa<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 250ml<br>1,5szt<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml          | 170<br>180<br>16<br>74<br>299<br>15 | - Zupa marchwianka<br>- Kluski śląskie z sosem jarzynowym<br>- Surówka z buraczków<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>  | 350ml<br>200g+<br>150g<br>120g<br>200ml | 120<br>460<br>92<br>56 | -Pasta jajeczna<br>-Ogórek<br>-Sałata masłowa<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>          | 80g<br>60g<br>20g<br>10g<br>150g<br>200ml | 120<br>8<br>3<br>74<br>299<br>26  |
| Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | -Zupa mleczna z ryżem brązowym<br>-Kiełbasa na ciepło<br>-Pomidor<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Kawa zbożowa<br><b>Alergeny: 1,7</b>  | 250ml<br>80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml             | 178<br>170<br>16<br>74<br>268<br>15 | -Zupa ogórkowa<br>- Kluski śląskie z sosem jarzynowym<br>- Surówka z buraczków<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>  | 350ml<br>200g+<br>150g<br>120g<br>200ml | 186<br>460<br>92<br>56 | -Pasta jajeczna<br>-Rzodkiewka<br>-Sałata masłowa<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Herbata z sokiem z cytryny bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7</b>        | 80g<br>60g<br>20g<br>10g<br>150g<br>200ml | 120<br>11<br>3<br>74<br>268<br>26 |
|   | <b>II ŚNIADANIE</b>  |  |                                     | Pieczony kalafior – 120g   |   |                        | <b>POSIŁEK NOCNY</b>   |   |                                   |
|   | Kefir naturalny  | 150ml  | 77                                  |  |   |                        | Pomidor  | 40g                                       | 16                                |
|   | III p. – galaretka owocowa   | 150g   | 12                                  |  |   |                        | Masło  | 10g                                       | 74                                |
|   |  |  |                                     |  |   |                        | Pieczywo razowe  | 60g                                       | 134                               |
| MIX   | -MIX zupy mlecznej z ryżem<br>-MIX z parówki drobiowej, jajko gotowane, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82%<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,3,7</b> | 250g<br>350g   | 223<br>470                          | -MIX zupy ogórkowej<br>-MIX II kurczak gotowany w +ziemniaki + warzywa gotowane + masło 82% 15g<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7,9</b> | 350g<br>400g                            | 196<br>736             | -MIX II mięsa drobiowego gotowanego, z twarogiem, pietruszką i masłem 82%<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 350g                                      | 641                               |

## Jadłospis na dzień: wtorek 30.01.2024

| DIETA  | ŚNIADANIE  | WAGA                                   | KCAL                    | OBIAD  | WAGA                                   | KCAL                          | KOLACJA   | WAGA                                      | KCAL                              |
|--|--|--|-------------------------|--|--|-------------------------------|---|---|-----------------------------------|
| PODSTAWOWA   | -Zupa mleczna z makaronem<br>-Sałatka jarzynowa<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata zwykła<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>   | 250ml<br>180g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 240<br>212<br>74<br>299 | -Zupa jarzynowa<br>-Gulasz drobiowy z warzywami<br>- Kasza jęczmienna<br>- Surówka z białej rzodkwi<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>   | 350ml<br>200g<br>200g<br>120g<br>200ml | 168<br>296<br>218<br>49<br>56 | -Polędwica drobiowa<br>-Wędlina wieprzowa<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 70<br>31<br>16<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA   | -Zupa mleczna z makaronem<br>-Sałatka jarzynowa<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata zwykła<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>   | 250ml<br>180g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 240<br>201<br>74<br>299 | - Zupa jarzynowa<br>- Gulasz drobiowy z warzywami<br>- Kasza jęczmienna<br>- Gotowany szpinak<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>   | 350ml<br>200g<br>200g<br>120g<br>200ml | 168<br>296<br>218<br>40<br>56 | -Polędwica drobiowa<br>-Wędlina wieprzowa<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 70<br>31<br>16<br>74<br>299<br>26 |
| Z OGRANICZENIEM<br>ŁATWO<br>PRZYSWAJALNYCH<br>WĘGLOWODANÓW | - Zupa mleczna z makaronem<br>razowym<br>-Sałatka jarzynowa<br>-Masło<br>-Pieczywo razowe<br>-Herbata zwykła<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>   | 250ml<br>180g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 238<br>201<br>74<br>268 | - Zupa jarzynowa<br>- Gulasz drobiowy z warzywami<br>- Kasza jęczmienna<br>- Surówka z białej rzodkwi<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,7,9</b>   | 350ml<br>200g<br>200g<br>120g<br>200ml | 168<br>296<br>228<br>49<br>56 | -Polędwica drobiowa<br>-Wędlina wieprzowa<br>-Ogórek kiszony<br>-Masło<br>-Pieczywo razowe<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 40g<br>20g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 70<br>31<br>16<br>74<br>268<br>26 |
|  | <b>II ŚNIADANIE</b>  |  |                         | Owoc – 1szt.   |  |                               | <b>POSIŁEK NOCNY</b>  |   |                                   |
|  | Jabłko   | 150g                                   | 75                      |  |  |                               | Szynka wieprzowa  | 40g                                       | 56                                |
|  |  |  |                         |  |  |                               | Masło   | 10g                                       | 74                                |
|  |  |  |                         |  |  | Pieczywo razowe               | 60g   | 134                                       |                                   |
| MIX  | -MIX zupy mlecznej z makaronem<br>-MIX z wędliny drobiowej, jajko<br>gotowane ,pomidor b/s, z<br>dodatkiem pietruszki i masła 82%<br>(10g)<br>Również dla diety miksowanej do<br>sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,3,7</b> | 250g<br>350g                           | 240<br>520              | -MIX zupa jarzynowej<br>-MIX II gulaszu drobiowego +<br>kasza jęczmienna + gotowany<br>szpinak + masło 82% 15g<br>Również dla diety miksowanej<br>do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 350g<br>400g                           | 168<br>721                    | -MIX mięso gotowane drobiowo<br>wieprzowe z gotowaną<br>włoszczyzną, serkiem<br>kanapkowym i pietruszką<br>Również dla diety miksowanej<br>do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 350g                                      | 592                               |

### Jadłospis na dzień: środa 31.01.2024

| DIETA   | ŚNIADANIE   | WAGA  | KCAL                                | OBIAD  | WAGA   | KCAL                          | KOLACJA   | WAGA                               | KCAL                         |
|---|---|---|-------------------------------------|--|--|-------------------------------|---|------------------------------------|------------------------------|
| PODSTAWOWA  | -Zupa mleczna płatkami ryżowymi<br>-Ser żółty<br>-Wędlna drobiowa<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>                            | 250ml<br>40g<br>30g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 290<br>128<br>55<br>16<br>74<br>299 | -Krupnik z ziemniakami<br>- Frykadelka<br>- Ziemniaki gotowane<br>- Surówka z białej kapusty<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>                                    | 350ml<br>120g<br>200g<br>120g<br>200ml             | 133<br>440<br>138<br>65<br>56 | -Pasta z twarogu i tuńczyka z jogurtem<br>-Bukiet warzyw<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7</b>                            | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 135<br>16<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA                                      | - Zupa mleczna płatkami ryżowymi<br>-Wędlna drobiowa<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 250ml<br>60g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml        | 290<br>120<br>16<br>74<br>299       | - Krupnik z ziemniakami<br>- Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym<br>- Ziemniaki gotowane<br>- Gotowany brokuł<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>                   | 350ml<br>120g+<br>80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 133<br>348<br>138<br>79<br>56 | - Pasta z twarogu i tuńczyka z jogurtem<br>- Bukiet warzyw<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata z sokiem z cytryny bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7</b>                          | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 135<br>16<br>74<br>299<br>26 |
| Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | -Zupa mleczna z musli 5 zbóż<br>-Wędlna drobiowa<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 250ml<br>60g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml        | 290<br>120<br>16<br>74<br>268       | - Krupnik z ziemniakami<br>- Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym<br>- Ziemniaki gotowane<br>- Surówka z białej kapusty<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>          | 350ml<br>120g+<br>80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 133<br>348<br>138<br>65<br>56 | - Pasta z twarogu i tuńczyka z jogurtem<br>- Bukiet warzyw<br>-Masło<br>-Pieczywo razowe<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7</b>  | 80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 135<br>16<br>74<br>268<br>26 |
|   | <b>II ŚNIADANIE</b>   |   |                                     | Jogurt owocowy – 1szt.   |  |                               | <b>POSIŁEK NOCNY</b>  |                                    |                              |
|   | Maślanka  | 150ml   | 49                                  |  |  |                               | Jajko gotowane  | 50g                                | 55                           |
|   | IIIp. – wafel ryżowy  | 2szt.   | 64                                  |  |  |                               | Masło   | 10g                                | 74                           |
| MIX   | -MIX zupy z płatkami miodowymi<br>-MIX z wędliny wieprzowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g)<br>Również dla diety miksowanej<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 250g<br>350g  | 290<br>520                          | -MIX zupy krupniku<br>-MIX II pulpetu wieprzowego w sosie + warzywa gotowane+ masło 82% 15g<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b> | 350g<br>400g                                       | 138<br>766                    | -MIX II pasta z mięsa drobiowo wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior i pietruszką ,z masłem 82% (10g)<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,3,7</b> | 300g                               | 640                          |

### Jadłospis na dzień: czwartek 1.02.2024

| DIETA   | ŚNIADANIE                    | WAGA         | KCAL | OBIAD   | WAGA                                     | KCAL                    | KOLACJA  | WAGA                               | KCAL                        |
|---|------------------------------|--------------|------|---|--|-------------------------|--|------------------------------------|-----------------------------|
| PODSTAWOWA  | -Zupa mleczna z kaszą manną  | 250ml        | 160  | -Zupa peyzanka<br>- Makaron z kurczakiem w sosie brokułowo-śmietanowym<br>-Surówka z marchewki i jabłka<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>                      | 350ml<br>200g +<br>150g<br>120g<br>200ml | 114<br>480<br>120<br>56 | -Wędlina wieprzowa<br>-Bukiet warzyw<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>  | 60g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 90<br>16<br>74<br>299<br>26 |
|   | -Parówka drobiowa + ketchup  | 1,5 szt.+20g | 200  |   |  |                         |  |                                    |                             |
| ŁATWOSTRAWNA                                      | -Pomidor                     | 60g          | 12   | -Zupa bulion warzywny z ziemniakami<br>- Makaron z kurczakiem w sosie brokułowo-śmietanowym<br>-Surówka z marchewki i jabłka<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b> | 350ml<br>200g +<br>150g<br>120g<br>200ml | 110<br>480<br>120<br>56 | - Wędlina wieprzowa<br>-Bukiet warzyw<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 60g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 90<br>16<br>74<br>299<br>26 |
|   | -Masło                       | 10g          | 74   |   |  |                         |  |                                    |                             |
| Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | -Pieczywo mieszane           | 150g         | 299  | -Zupa peyzanka<br>- Makaron razowy z kurczakiem w sosie brokułowo-śmietanowym<br>-Surówka z marchewki i jabłka<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>               | 350ml<br>200g +<br>150g<br>120g<br>200ml | 114<br>474<br>120<br>56 | - Wędlina wieprzowa<br>-Bukiet warzyw<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,6,7</b>   | 60g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200ml | 90<br>16<br>74<br>268<br>26 |
|   | -Herbata owocowa             | 200 ml       | 26   |   |  |                         |  |                                    |                             |
|   | <b>II ŚNIADANIE</b>          |              |      | Sok owocowy – 200ml   |  |                         | <b>POSIŁEK NOCNY</b>   |                                    |                             |
|   | Sok pomidorowy               | 100ml        | 16   |   |  |                         | Wędlina drobiowa   | 40g                                | 43                          |
|   | Wafel ryżowy                 | 1szt         | 32   |   |  |                         | Masło  | 10g                                | 74                          |
|   |                              |              |      |   |  |                         | Pieczywo razowe  | 60g                                | 134                         |
| MIX   | -Zupa mleczna z musli 5 zbóż | 250ml        | 270  | -MIX zupy bulionu<br>-MIX II kurczak w sosie + makaron + gotowana marchew + masło 82% (15g)<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b>  | 350g<br>400g                             | 237<br>716              | -MIX II pasta z wędliny z gotowanym kurczakiem, kalafiorem i pietruszką z dodatkiem masła 82%<br>Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 350g                               | 594                         |
|   | -Parówka drobiowa            | 1,5 szt.     | 180  |   |  |                         |  |                                    |                             |

### Jadłospis na dzień: piątek 2.02.2024

| DIETA   | ŚNIADANIE   | WAGA  | KCAL                          | OBIAD   | WAGA   | KCAL                          | KOLACJA   | WAGA                                | KCAL                         |
|---|---|---|-------------------------------|---|--|-------------------------------|---|-------------------------------------|------------------------------|
| PODSTAWOWA  | -Zupa mleczna z płatkami owsianymi<br>-Twaróg ze śmietaną i cebulą<br><br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,7</b> | 250ml<br>80g +<br>20g<br>60g<br>10g<br>150g<br>200 ml | 270<br>160<br>8<br>74<br>299  | -Zupa grochowa<br>-Ryba w sosie greckim<br><br>-Ziemniaki z koperkiem<br>-Surówka z kiszanej kapusty<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7,9</b>                       | 350ml<br>120g +<br>80g<br>200g<br>120g<br>200ml    | 308<br>271<br>138<br>98<br>56 | -Sałatka jarzynowa z majonezem<br>- Wędlina drobiowa<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b>           | 150g<br>30g<br>10g<br>150g<br>200ml | 196<br>45<br>74<br>299<br>26 |
| ŁATWOSTRAWNA                                      | -Zupa mleczna z płatkami owsianymi<br>- Twaróg z jogurtem i koperkiem<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,7</b>  | 250ml<br>80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml          | 160<br>153<br>10<br>74<br>299 | -Zupa grysikowa<br>-Ryba gotowana w sosie pomidorowym<br>-Ziemniaki z koperkiem<br>-Gotowany kalafior<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7,9</b>                      | 350ml<br>120g+<br>80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 97<br>161<br>138<br>24<br>56  | -Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym<br>- Wędlina drobiowa<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b> | 150g<br>30g<br>10g<br>150g<br>200ml | 187<br>45<br>74<br>299<br>26 |
| Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | -Zupa mleczna z płatkami owsianymi<br>- Twaróg z jogurtem i koperkiem<br>-Ogórek<br>-Masło<br>- Pieczywo razowe<br>-Herbata czarna<br><b>Alergeny: 1,7</b>    | 250ml<br>80g<br>80g<br>10g<br>150g<br>200 ml          | 270<br>153<br>10<br>74<br>268 | -Zupa bulion z kaszą pęczak<br>-Ryba gotowana w sosie pomidorowym<br>-Ziemniaki z koperkiem<br>-Surówka z kiszanej kapusty<br>-Kompot bez cukru<br><b>Alergeny: 1,4,7,9</b> | 350ml<br>120g+<br>80g sos<br>200g<br>120g<br>200ml | 142<br>161<br>138<br>98<br>56 | -Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym<br>- Wędlina drobiowa<br>-Masło<br>- Pieczywo mieszane<br>-Herbata owocowa bez cukru<br><b>Alergeny: 1,3,7,9</b> | 150g<br>30g<br>10g<br>150g<br>200ml | 187<br>45<br>74<br>299<br>26 |
|   | <b>II ŚNIADANIE</b>   |   |                               | Marchew w słupki – 120g   |  |                               | <b>POSIŁEK NOCNY</b>  |                                     |                              |
|   | Jabłko  | 150ml   | 55                            |   |  |                               | Wędlina wieprzowa   | 40g                                 | 74                           |
|   |   |   |                               |   |  |                               | Masło   | 10g                                 | 74                           |
| MIX   | -MIX zupy mlecznej z ryżem<br>-MIX pasty z twarogu, wędliny, pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki i masła 82%  | 250g<br>350g  | 270<br>470                    | -MIX zupy grysikowej<br>-MIX II ryby w sosie pomidorowym+ ziemniaki + gotowane warzywa + masło 82% 15g  | 350g<br>400g                                       | 173<br>618                    | -Sok pomidorowy<br>-MIX II makaronowej i wędliny z dodatkiem masła 82%<br>Również dla diety miksowanej do   | 100ml<br>350g                       | 16<br>624                    |

|  |   |  |  |   |  |  |   |  |  |
|--|---|--|--|---|--|--|---|--|--|
|  | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,6,7</b> |  |  | Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,4,7,9</b> |  |  | sondy (postać płynna)<br><b>Alergeny: 1,6,7</b> |  |  |
|--|---|--|--|---|--|--|---|--|--|