

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, ser żółty 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P, 3, 7), skład: mleko 2%, makaron pszenny, sól wędlina drobiowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	pomarańcza 100g	pomarańcza 100g	pomarańcza 100g
OBIAD	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne smażone 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 100g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne pieczone 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g fasolka szparagowa 100g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, koncentrat pomidorowy, mleko 2%, sól, pieprz, ryż, pomidory (40g warzyw) kotlety rybne pieczone 120g (1P, 3, 4), skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, sól, pieprz ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 100g herbata owocowa 250ml</p>

KOLACJA	<p>twarożek z rzodkiewką 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>twarożek 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g</p>	<p>twarożek z rzodkiewką 100g (7), skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz (10g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p> <p>Dodatek cukrzycowy:</p>
			jajko gotowane 1 szt. (3),
KOLACJA II	Herbatniki 30g (1P,7)	Herbatniki 30g (1P,7)	Herbatniki 30g (1P,7)
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	<p>Wartość energetyczna: 2168,2 KCAL Białko: 110,1g Węglowodany: 294,4g Tłuszcze: 60,8gw tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,4g Błonnik pokarmowy: 29,2g Sól: 5,14g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2067,9 KCAL BIAŁKO :107,8g WĘGLOWODANY :288,5g TŁUSZCZE :58,9g w tym tłuszcze nasycone 25,2g BŁONNIK : 28,6g SÓL : 4,92g</p>	<p>Wartość energetyczna: 2032,8 KCAL Białko: 106,3g Węglowodany: 261,8g Tłuszcze: 55,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,3g Błonnik pokarmowy: 25,4g Sól: 4,65g</p>

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzcicy.

Sobota 20.01.2024r.

JADŁOSPIS nr 6

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, wędlina drobiowa 50g, jajko gotowane 1 szt. (3), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż) łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, wędlina drobiowa 50g, jajko gotowane 1 szt. (3), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, wędlina drobiowa 50g, jajko gotowane 1 szt. (3), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	banan 150g	banan 150g	banan 150g
OBIAD	zupa kalafiorowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, kalafior, seler, por, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) schab w sosie własnym 120g/50g (1P), skład: mięso wieprzowe, mąka pszenna, cebula, sól, pieprz kasza jęczmienna 200g (1P), surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml	zupa kalafiorowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, kalafior, seler, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) schab w sosie własnym 120g/50g (1P), skład: mięso wieprzowe, mąka pszenna, sól, pieprz kasza jęczmienna 200g (1P), surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml	zupa kalafiorowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, kalafior, seler, por, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2% (60g warzyw bez ziemniaków) schab w sosie własnym 120g/50g (1P), skład: mięso wieprzowe, mąka pszenna, cebula, sól, pieprz kasza jęczmienna 200g (1P), bukiet warzyw gotowanych 100g skład: brokuł, kalafior, marchew herbata owocowa 250ml
KOLACJA	wędlina wieprzowa 50g, ser topiony 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: kiełbasa Śląska 40g
KOLACJA II	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml	Sok warzywny 300ml

Dobowa wartość energetyczna i	Wartość energetyczna: 2264,5 KCAL	Wartość energetyczna: 2257,2 KCAL	Wartość energetyczna: 2235,4 KCAL
odżywcza	Białko: 134,7 g Węglowodany: 332,2g Tłuszcze: 62,8g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 29.4g Błonnik pokarmowy: 24,7g Sól: 4,82g	Białko: 121,4g Węglowodany: 301,7g Tłuszcze: 61,4g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 28,6g Błonnik pokarmowy: 22,8g Sól: 4,62g	Białko: 119,5 g Węglowodany: 289,8g Tłuszcze: 60,5g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,9g Błonnik pokarmowy: 21,9g Sól: 4,37g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszeniczny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twaróg 60g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twaróg 60g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100 g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twaróg 60g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	jabłko 150g	jabłko 150g	jabłko 150g
OBIAD	Zupa ryżówka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ryż, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) filet z kurczaka z pieca 120g, (1P,3) skład: filet z kurczak, sól, pieprz, zioła ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew sól, pieprz, olej herbata owocowa 250ml	Zupa ryżówka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ryż, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) filet z kurczaka z pieca 120g, skład: filet z kurczak, sól, pieprz, zioła ziemniaki 200g bukiet warzyw gotowanych 100g skład: marchew, brokuł, kalafior herbata owocowa 250ml	Zupa ryżówka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, ryż, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) filet z kurczaka z pieca 120g, (1P,3) skład: filet z kurczak, sól, pieprz, zioła ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew sól, pieprz, olej herbata owocowa 250ml

KOLACJA	wędlina wieprzowa 50g, sałatka Żydowska 100g (3), skład: ziemniaki, jajko, majonez light, szczypior, sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, sałatka Żydowska 100g (3), skład: ziemniaki, jajko, majonez light, szczypior, sól, pieprz mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, sałatka Żydowska 100g (3), skład: ziemniaki, jajko, majonez light, szczypior, sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: twaróg 40g. (7).
KOLACJA II	Jogurt owocowy 100ml (7)	Jogurt owocowy 100ml (7)	Jogurt naturalny 100ml (7)
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2231,7 kcal Białko: 108,3 g Węglowodany: 293,6g Tłuszcze: 71,2g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 24,8g Błonnik pokarmowy: 33,9 g Sól: 5,69g	Wartość energetyczna: 2195,3 KCAL Białko: 106,6g Węglowodany: 287,4g Tłuszcze: 69,5g w tym kw. tł. nasycone 23,2 g Błonnik pokarmowy: 32,8g Sól: 5,54 g	Wartość energetyczna: 2148,2 kcal Białko: 104,7g Węglowodany: 264,6g Tłuszcze: 66,8g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,4g Błonnik pokarmowy: 31,7g Sól: 5,36g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	kasza manna na mleku 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet drobiowy 50g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż) łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kasza manna na mleku 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet drobiowy 50g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Makaron na mleku 250ml (1P,3, 7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól pasztet drobiowy 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	mandarynka 80g	mandarynka 80g	mandarynka 80g
OBIAD	zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata owocowa 250ml	zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz(60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata owocowa 250ml	zupa ogórkowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, ogórki kiszane, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) sos Bolognese 150g, (1P,9) skład: mięso wieprzowe mielone, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, zioła makaron spaghetti 200g (1,3), herbata owocowa 250ml
KOLACJA	twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P),	twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P),	twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twarożek, pietruszka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7),

	chleb razowy (1Ż), łącznie 100 g herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g	herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g	chleb razowy 100g (1P), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: jogurt naturalny 100ml (7)
KOLACJA II	babka piaskowa 50g (1P, 3, 7)	babka piaskowa 50g (1P, 3, 7)	Jabłko pieczone 150g
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2359,3 KCAL Białko: 118,1 g Węglowodany: 322,4g Tłuszcze: 70,5g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 27,7 g Błonnik pokarmowy: 25,8g Sól: 4,91g	Wartość energetyczna: 2304,2 KCAL Białko: 114,4g Węglowodany: 297,7g Tłuszcze: 67,6g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 67,6g Błonnik pokarmowy: 23,1g Sól: 4,87g	Wartość energetyczna: 2176,4KCAL Białko:108,9 g Węglowodany:261,2 g Tłuszcze: 59,7g w tym kw. tł. nasycone 18,6g Błonnik pokarmowy:25,8g Sól:4,54g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzczyca.

Wtorek 23.01.2024

JADŁOSPIS nr 2

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>kasza jaglana na mleku 250ml (7) skład: mleko 2%, kasza jaglana, sól kiełbasa wieprzowo-drobiowa na gorąco 60g, ser topiony 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>kasza jaglana na mleku 250ml (7) skład: mleko 2%, kasza jaglana, sól kiełbasa wieprzowodrobiowa na gorąco 60g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g</p>	<p>kasza jaglana na mleku 250ml (7) skład: mleko 2%, kasza jaglana, sól kiełbasa wieprzowo-drobiowa na gorąco 60g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100 g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	banan 150g	banan 150g	banan 150g
OBIAD	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) kotlet mielony smażony 100g (1P,3), skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, cebula ziemniaki 200g surówka z marchwi 100 g, herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, marchewka, ziemniaki, seler, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) kotlet mielony z pieca 100g (1P,3), skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz ziemniaki 200g fasolka szparagowa 100g herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) kotlet mielony smażony 100g (1P,3), skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, cebula ziemniaki 200g surówka z marchwi 100 g, herbata owocowa 250ml</p>

KOLACJA	sałatka z tuńczyka z makaronem i jarzynami 120g (1Ż,3,4,) skład: tuńczyk w wodzie, jajko, makaron pełnoziarnisty, ogórek świeży, marchewka, majonez light, sól, pieprz (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml,	sałatka z tuńczyka z makaronem i jarzynami 120g (1Ż,3,4,) skład: tuńczyk w wodzie, jajko, makaron pełnoziarnisty, ogórek świeży, marchewka, majonez light, sól, pieprz (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	sałatka z tuńczyka z makaronem i jarzynami 120g (1Ż,3,4,) skład: tuńczyk w wodzie, jajko, makaron pełnoziarnisty, ogórek świeży, marchewka, majonez light, sól, pieprz (40g warzyw) wędlina wieprzowa 40g, mix maślany 11g (7), chleb razowy (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
	pomidor 70g sałata 12g		Dodatek cukrzycowy: jabłko pieczone 1 szt.
KOLACJA II	serek wiejski 150 g (7)	serek wiejski 150 g(7)	serek wiejski 150 g (7)
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2352,6KCAL Białko: 122,1 g Węglowodany: 319,3g Tłuszcze: 62,8G w tym kw. tł. nasycone 28,9 g Błonnik pokarmowy: 32, 3g Sól: 5,36g	Wartość energetyczna: 2331,7 KCAL Białko: 120,5g Węglowodany: 302,2 g Tłuszcze: 59, 6G w tym kw. tłuszczowe nasycone 19,4 g Błonnik pokarmowy: 31,6g Sól: 5,02 g	Wartość energetyczna: 22257,9 KCAL Białko: 116,2g Węglowodany: 259,1g Tłuszcze: 51,7G w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,7g Błonnik pokarmowy: 29,6g Sól: 4,98g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Środa 24.01.2024r.

JADŁOSPIS nr 3

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g	ryż na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, ryż, sól jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g
ŚNIADANIE II	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g	Pomarańcza 150g
OBIAD	zupa jarzynowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, mleko 2%, sól, pieprz (70 g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 120 ml /50g (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz kasza gryczana 200g, surówka z marchwi 100g, herbata owocowa 250ml	zupa jarzynowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, mleko 2%, sól, pieprz (70 g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 120 ml /50g (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz kasza jęczmienną 200g (1P) marchewka gotowana 100g, herbata owocowa 250ml	zupa jarzynowa 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemniaki, natka pietruszki, kalafior, brokuł, fasolka szparagowa, mleko 2%, sól, pieprz (70 g warzyw bez ziemniaków) gulasz wieprzowy 120 ml /50g (1P), skład: mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna, sól, pieprz kasza gryczana 200g, surówka z marchwi 100g, herbata owocowa 250ml

KOLACJA	twarożek z rzodkiewką 100g (7) , skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g , mix maślany 11g (7) , chleb pszenny (1P) , chleb razowy (1Ż) , łącznie 100g herbata 250ml pomidor 50g sałata 12g	twarożek z koperkiem 100g (7) , skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g , mix maślany 11g (7) , kawiarka 100g (1P) , herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g	twarożek z rzodkiewką 100g (7) , skład: twarożek, rzodkiewka, sól, pieprz wędlina wieprzowa 40g , mix maślany 11g (7) , chleb razowy 100g (1Ż) , herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g
			Dodatek cukrzycowy: kiełbasa wieprzowo-drobiowa (Śląska) 40g
KOLACJA II	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2284,6 KCAL Białko: 128,4g Węglowodany: 338,1g Tłuszcze: 75,2g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 26,3g Błonnik pokarmowy: 31,3g Sól: 4,98g	Wartość energetyczna: 2192,3 KCAL Białko: 124,7 g Węglowodany: 324,5g Tłuszcze: 68,96 w tym kwasy tłuszczowe nasycone 21,96g Błonnik pokarmowy: 28,6g Sól: 4,73 g	Wartość energetyczna: 2146,7 kcal Białko: 124,3g Węglowodany: 299,8g Tłuszcze: 66,4g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,9g Błonnik pokarmowy: 28,7g Sól: 4,68g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól parówka wieprzowo-drobiowa 1 szt. , ketchup łagodny 20g, dżem niskostodzony 50 g (7) mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól parówka wieprzowodrobiowa 1 szt. , ketchup łagodny 20g, dżem 50 g (7) mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól parówka wieprzowodrobiowa 1 szt. , ketchup łagodny 20g, wędlina drobiowa 50 g (7) mix maślany 11g (7), chleb razowy 100 g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	mus owocowy 100g	mus owocowy 100g	mus owocowy 100g
OBIAD	<p>Zupa krupnik 350ml (9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, kasza jęczmienna, sól, pieprz, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) ryż z jabłkiem w polewie jogurtowej 350g (7), skład: ryż, jabłka, jogurt naturalny, cukier waniliowy (100 g owoców) herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa krupnik 350ml (9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, kasza jęczmienna, sól, pieprz, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) ryż z jabłkiem w polewie jogurtowej 350g (7), skład: ryż, jabłka, jogurt naturalny, cukier waniliowy (100 g owoców) herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa krupnik 350ml (9) skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, por, ziemniaki, kasza jęczmienna, sól, pieprz, natka pietruszki (60 g warzyw bez ziemniaków) ryż z jabłkiem w polewie jogurtowej 350g (7), skład: ryż, jabłka, jogurt naturalny, (100 g owoców) herbata owocowa 250ml</p>
KOLACJA	<p>ser żółty 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>twaróg 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g</p>	<p>twaróg 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p> <p>Dodatek cukrzycowy: kiełbasa</p>

			wieprzowdrobiowa Śląska 40g
KOLACJA II	Herbatniki 50g (1P,3)	Herbatniki 50g (1P,3)	herbatniki 50g (1P,3)
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2309,9 KCAL Białko: 133,5g Węglowodany: 324,2g Tłuszcze: 67,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 29,8g Błonnik pokarmowy: 31,3g Sól: 4,85g	Wartość energetyczna: 2249,7 KCAL Białko:126,3g Węglowodany:314,6g Tłuszcze: 61,9g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,3 g Błonnik pokarmowy: 30,4g Sól: 4,73g	Wartość energetyczna: 2198,4 KCAL Białko: 120,9 g Węglowodany: 294,6 g Tłuszcze: 58,7g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,4g Błonnik pokarmowy: 25,5g Sól: 4,64 g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenicy, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy

Piątek 26.01.2024r.

JADŁOSPIS nr 5

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>makaron na mleku 250ml (1P,3,7), skład: mleko 2%, makaron, sól Sałatka jarzynowa 100g (3,9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez light (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P,3,7), skład: mleko 2%, makaron, sól Sałatka jarzynowa 100g (3,9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez light (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>makaron na mleku 250ml (1P,3,7), skład: mleko 2%, makaron, sól Sałatka jarzynowa 100g (3,9), skład: ziemniaki, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler, jajko, sól, pieprz, majonez light (35g warzyw bez ziemniaków) wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	<p>banan 150g</p>	<p>banan 150g</p>	<p>banan 150g</p>
OBIAD	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P,3,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemianki, natka pietruszki, makaron zacierkowy, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P,3,4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 90g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P,3,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, pietruszka, ziemianki, makaron zacierkowy, sól, pieprz, natka pietruszki (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P,3,4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek ziemniaki 200g marchewka gotowana 90g herbata owocowa 250ml</p>	<p>zupa chłopska z zacierką 350ml (1P,3,9), skład: bulion drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka, ziemianki, makaron zacierkowy, sól, pieprz, natka pietruszki (60g warzyw bez ziemniaków) pulpety rybne w sosie koperkowym 120g/80g (1P,3,4) skład: filet z ryby, bułka tarta, jajko, mąka pszenna, sól, pieprz, koperek surówka z kapusty kiszonej 90g herbata owocowa 250ml</p>

KOLACJA	ser żółty 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g	twaróg 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g	twaróg 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g
	sałata 12g		Dodatek cukrzycowy: jabłko 150g
KOLACJA II	wafle ryżowe 30g	wafle ryżowe 30g	Jogurt naturalny 100ml (7)
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2312,9 kcal Białko: 111,8 g Węglowodany: 304,9 g Tłuszcze: 84,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 24,3g Błonnik pokarmowy:34,69g sól: 5,08g	Wartość energetyczna: 2163,4 kcal Białko: 109,7 g Węglowodany: 301,3 g Tłuszcze: 79,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 22,8g Błonnik pokarmowy: 32,45g sól: 4,98g	Wartość energetyczna: 2031,8 kcal Białko: 107,4 g Węglowodany: 292,1 g Tłuszcze: 74,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,4g Błonnik pokarmowy:30,47g sól: 4,96g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, cukier jajko gotowane 1 szt. (3), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, cukier jajko gotowane 1 szt. wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kawa zbożowa Inka 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kawa zbożowa, jajko gotowane 1 szt. wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	mandarynka 80g	mandarynka 80g	mandarynka 80g
OBIAD	barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, buraki, ziemniaki, pietruszka, seler, por, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) leczo z cieciorą 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, cieciora, pieczarki, cebula, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml	barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew, buraki, ziemniaki, pietruszka, seler, mleko 2%, sól, pieprz leczo 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml	Zupa ziemniaczanka 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, marchew,, ziemniaki, pietruszka, seler, por, mleko 2%, sól, pieprz (60g warzyw bez ziemniaków) leczo z cieciorą 200g (1P,9) skład: kiełbasa wieprzowa, cukinia, marchewka, pietruszka, seler, cieciora, pieczarki, cebula, pomidory, mąka pszenna, sól, pieprz (100g warzyw) ryż 200g herbata owocowa 250ml
KOLACJA	wędlina wieprzowa 50g, ser topiony 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12 g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12 g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: kiełbasa Śląska 40g
KOLACJA II	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml	sok warzywny 300 ml

Dobowa	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:	Wartość energetyczna:
wartość energetyczna i odżywcza	2289,4 KCAL Białko: 117,2g Węglowodany: 251,7g Tłuszcze: 71,8g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 21,2g Błonnik pokarmowy: 32,3 g sól: 5,89 g	2235,6 KCAL Białko: 114,7 g Węglowodany: 248,6 g Tłuszcze: 61,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,7 g Błonnik pokarmowy: 31,2 g sól: 4,68 g	2198,7 KCAL Białko: 112,3g Węglowodany: 221,2g Tłuszcze: 60,4g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,9 g Błonnik pokarmowy: 30,8g sól: 4,54 g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorzycyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao, cukier parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż) łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao, cukier parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	kakao na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kakao parówka wieprzowodrobiowa 1 szt., ketchup łagodny 20g, twarożek 80g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE	jabłko 150g	jabłko 150g	jabłko 150g
OBIAD	Rosół z grysikiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew, olej, sól, pieprz herbata owocowa 250ml	Rosół z grysikiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g bukiet warzyw gotowanych 100g skład: marchew, brokuł, kalafior herbata owocowa 250ml	Rosół z grysikiem 350ml (1P,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, pietruszka, sól, pieprz, kasza manna (20g warzyw) kurczak z pieca 120g, ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 100g skład: kapusta biała, marchew, olej, sól, pieprz herbata owocowa 250ml
KOLACJA	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż) łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 60g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 60g sałata 12g	wędlina wieprzowa 50g, twaróg 50g (7), mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 60g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: jajko gotowane 1 szt. (3),
KOLACJA II	jogurt naturalny 100ml (7)	jogurt naturalny 100ml (7)	jogurt naturalny 100ml (7)

Dobowa wartość energetyczna i	Wartość energetyczna: 2154,8 KCAL	Wartość energetyczna: 2124,3 KCAL	Wartość energetyczna: 2109,6 KCAL
odżywcza	Białko: 132,2g Węglowodany: 231,1g Tłuszcze: 86,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 31,4g Błonnik pokarmowy: 33,5g sól: 5,26g	Białko: 131,7 g Węglowodany: 228,2g Tłuszcze: 85,2g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 30,6g Błonnik pokarmowy: 32,92g sól: 5,21g	Białko: 129,5g Węglowodany: 193,6g Tłuszcze: 83,4g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 28,2g Błonnik pokarmowy: 32,37g sól: 4,95g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10.

Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.