

Jadłospis 29.07.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g, serek grani (*7) , papryka 50g, 20g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml,makaron gruboziarnisty z mięsem(*1) 250g kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Gruszka 100g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, parówka gotowana 70g, serek żółty(*7) 20g, sałata 50g	En: 2106,2 kcal Białko: 69,8 g Tłuszcz ogółem: 82,7g NKT: 28,2g Węglowodany:270,8g Cukry:57,7g Błonnik:32,6,g Sól : 9,8g
ŁATWOSTRAWNA	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, mielonka kanapkowa 50g,papryka 50g, serek grani (*7) 20 g, herbata 250ml	Jogurt pitny 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron pszenny z mięsem(*1) 250g, kapusta pekińska 100g, kompot owocowy 200 ml.	Jabłko 100g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, parówka gotowana 70g, twaróg(*7) 30g, sałata 50g	En:1984 kcal Białko:71,1.9g Tłuszcz ogółem:75,8g NKT:30,1g Węglowodany:259,2g Cukry:53,2,0g Błonnik:24,2g Sól:5,7g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kasza orkiszowa na mleku(*1,*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, szynka drobiowa 50g, papryka 50g, serek grani (*7) 20g, herbata bez cukru250ml	Kefir 150ml	Zupa brokułowa(*1) 350ml, makaron gruboziarnisty z mięsem(*1) 250g, kapusta pekińska 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Gruszka 100g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, parówka gotowana 70g, serek żółty(*7) 20g, sałata 50g	En:1941 kcal Białko: 68,9g Tłuszcz ogółem:80,6g NKT:31,2,2g Węglowodany:230,8,0g Cukry:49,8,2g Błonnik:30,8g Sól: 6,5

- Kasza orkiszowana mleku - składniki : kasza orkiszowa, mleko
- Zupa brokułowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,ziemniaki, brokuł, marchewka, listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, włoszczyzna
- Makaron z mięsem składniki: makaron gruboziarnisty, mięso gotowane, włoszczyzna, przyprawy
- Kapusta pekińska składniki: kapusta pekińska, marchew, oliwa, przyprawy, sól

Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legenda (*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany al.
JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE Z PRZYCZYN NIEZALEŻNYCH OD SEKCJI ŻYWIENIA, WSZELKIE ZMIANY SĄ ZGŁASZANE DO ZAMAWIAJĄCEGO.

Jadłospis 30.07.2024r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
OGÓLNA	Kasza jaglana na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40g, serek topiony(*7) 30g, herbata 250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem gruboziarnistym(*1) 350ml, kotlet drobiowy (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 100g	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, pasztet 40 g, ½ jaja (*3), pomidor 60g	En: 2037,4kcal Białko: 71,2g Tłuszcz ogółem: 86,3g NKT: 29,6g Węglowodany: 244,0g Cukry: 50,6 g Błonnik:33,2 g Sól :7,1 g
LEKKOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40 g, twaróg (*7) 30g, herbata 250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem gruboziarnistym(*1) 350ml, pulpet mięsny (*1,*3) 70 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 100g	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, pasztet 40g, ½ jaja (*3), pomidor 60g	En: 1943,5 kcal Białko: 62,1g Tłuszcz ogółem: 68,6g NKT:22,8 g Węglowodany: 269,4g Cukry: 55,4g Błonnik:22,8 g Sól : 6,9g
CUKRZYCOWA	Kasza jaglana na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, blok drobiowy 50g, ogórek 40g, twaróg(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Sok pomidorowy 150ml	Zupa rosół z makaronem gruboziarnistym(*1) 350ml, kurczak gotowany 100 g, ziemniaki 200g, buraczki 100g ,kompot owocowy 200 ml.	Kiwi 100g	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, pasztet 40g, ½ jaja (*3), pomidor 60g	En: 1964,3kcal Białko: 64,6g Tłuszcz ogółem: 83,8g NKT: 29,5g Węglowodany: 238,2 g Cukry:48,6 g Błonnik: 31,3g Sól : 5,4g

- Kasza jaglana na mleku - składniki : kasza jaglana, mleko
- zupa rosół z makaronem– składniki :wywar mięsny drobiowy ,makaron gruboziarnisty, marchewka,listek laurowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, włoszczyzna
- Kotlet drobiowy – składniki: filet z piersi kurczaka, przyprawy, jajko, bułka tarta
- Pulpet mięsny składniki: mięso wieprzowe, jajko, bułka, przyprawy
- Buraczki składniki : buraki, ocet, sól, olej, pieprz ziołowy

Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten:2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legenda (*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen

Jadłospis 31.07.2024 r.

RODZAJ DIETY	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
PODSTAWOWA	Mix śniadaniowy na mleku(*7)300ml, chleb pszenny (*1)100g, masło(*7)15g, polędwica 50g, papryka 40g, twarożek (*7) 30g, herbata 250ml	Pomarańcza 100g	Zupa buraczkowa(*7) 350ml, gulasz wieprzowy(*1) 150 g, kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek kiszony 100g, kompot owocowy 200 ml.	Kefir 150ml	kawa 250ml , chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło(*7)15g, kiełbasa 70 g, serek topiony (*7) 20g, ogórek 60g	En: 2391 kcal Białko: 93,5 g Tłuszcz ogółem: 63,9g NKT: 27,2g Węglowodany:360g Cukry:66,7g Błonnik:36,6,0g Sól : 7,8g
ŁATWOSTRAWNA	Mix śniadaniowy na mleku(*7) 300ml, chleb pszenny(*1) 100g, masło roślinne(*7)15g, polędwica 50g, papryka 40 g, twarożek (*7) 30g, herbata 250ml	Pomarańcza 100g	Zupa buraczkowa(*7) 350ml, sztuka mięsa 70 g, sos koperkowy (*1), kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek 100g, kompot owocowy 200 ml.	Kefir 150ml	kawa 250 ml, chleb pszenny(*1)100g, masło roślinne (*7)15g, kiełbasa 70g, ser biały (*7) 20g, ogórek 60g	En: 2185 kcal Białko: 91,5 g Tłuszcz ogółem: 62,9g NKT: 25,2g Węglowodany:298,6g Cukry:66,7g Błonnik:24,2g Sól : 7,2g
Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Mix śniadaniowy na mleku(*7) 350ml, chleb razowy (*1)100g, masło roślinne(*7) 15g, polędwica 50g, papryka 40g, twarożek(*7) 30g, herbata bez cukru250ml	Pomarańcza 100g	Zupa buraczkowa bez śmietany 350ml, sztuka mięsa 70g, sos koperkowy(*1), kasza jęczmienna(*1) 200g, ogórek 100g ,kompot owocowy bez cukru 200 ml.	Kefir 150ml	kawa bez cukru 250ml, chleb gruboziarnisty(*1)100g, masło roślinne(*7)15g, kiełbasa 70g, ser biały (*7) 20g, ogórek 60g	En: 2291 kcal Białko: 93,5 g Tłuszcz ogółem: 73,9g NKT: 27,2g Węglowodany:280g Cukry:66,7g Błonnik:36,6,0g Sól : 7,2g

- Mix śniadaniowy na mleku - składniki : Płatki owsiane, gryczane, mleko
- Zupa buraczkowa– składniki :wywar mięsny drobiowy ,buraki, ziemniaki ,śmietana 18%, marchewka,listek lauowy ,ziele angielskie, pieprz ziołowy, sól, włoszczyzna
- Gulasz wieprzowy składniki: mięso wieprzowe, brokuł, kalafior, groszek,marchewka, mąka, smalec, przyprawy, włoszczyzna
- Sztuka mięsa w sosie koperkowym składniki: schab wieprzowy, wywar mięsny, koperek, włoszczyzna, przyprawy, mąka

Alergeny. Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami przekazanymi przez producentów: 1. gluten;2. skorupiaki; 3. jaja;4.ryby; 5 orzeszki ziemne; 6. soja 7. mleko; 8.orzechy; 9.seler 10.gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin Legenda (*)produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen