

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	Ilość
PODSTAWOWA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g	Dla dzieci Jogurt owocowy <sup>7</sup> -1 szt	Zupa na smaku ogórka z ryżem <sup>1,7,9</sup> Kotlet pożarski <sup>1,3,7</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kap. pekińskiej Kompot	400ml 80g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Gruszka - 1 szt	Ser żółty <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Ogórek św. Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g		Zupa na smaku ogórka z ryżem <sup>1,7,9</sup> Pulpet drobiowy w sosie koperkowym <sup>1,3,7</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kap. pekińskiej Kompot	400ml 70/20g 200g 100g 200ml		Ser biały <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 100g
CUKRZYCOWA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 80g	Ser żółty <sup>7</sup> - 30g Pieczywo <sup>1</sup> - 30g Masło <sup>7</sup> -10g Papryka św.- 30g	Zupa na smaku ogórka z ryżem <sup>1,7,9</sup> Pulpet drobiowy w sosie koperkowym <sup>1,3,7</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kap. pekińskiej Kompot	400ml 70/20g 200g 100g 200ml	Gruszka - 1 szt	Ser biały <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2124.56 kcal; B: 92 g; T: 70g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; W: 292.81 g; W tym cukry: 34 g; Bł.: 34g; Sól: 7.86 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2100.56 kcal; B: 92g; T: 65g; Kw. tł. nasy.: 9 g; W: 292.81 g; W tym cukry: 39g; Bł.: 34 g; Sól: 7.86 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzycowa

E: 2342.62 kcal; B: 94g; T: 68g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; W: 307.68 g; W tym cukry: 37 g; Bł.: 29g; Sól: 7.22 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sesam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	Ilość
PODSTAWOWA	Kakao na mleku <sup>1,7</sup> Parówka drobiowa <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor z kukurydzą Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup> Keczap <sup>1</sup>	250ml 70g 15g 40/10g 200ml 100g 10g	Dla dzieci Jogurt owocowy <sup>7</sup> – 1 szt	Zupa z fasolki szparagowej. <sup>1,7,9</sup> Potrawka wieprzowa <sup>1,9</sup> Ziemniaki gotowane Sur.z ogórka kiszzonego z cebulą Kompot	400ml 80/10g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Kiwi – 1 szt	Jajko z sosem jogurtowym <sup>3,7</sup>  Masło <sup>7</sup> Rzodkiewka Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	1 szt/ 20g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Kakao na mleku <sup>1,7</sup> Parówka drobiowa <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor z kukurydzą Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup> Keczap <sup>1</sup>	250ml 70g 15g 40/10g 200ml 100g 10g		Zupa z fasolki szparagowej. <sup>1,7,9</sup> Potrawka wieprzowa <sup>1,9</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z jarzyn <sup>9</sup> Kompot	400ml 80/10g 200g 100g 200ml		Jajko z sosem jogurtowym <sup>3,7</sup>  Masło <sup>7</sup> Rzodkiewka Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	1 szt/ 20g 15g 40g 200ml 100g
CUKRZYCOWA	Kakao na mleku <sup>1,7</sup> Parówka drobiowa <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor z kukurydzą Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup> Keczap <sup>1</sup>	250ml 70g 15g 40/10g 200ml 80g 10g	Jogurt naturalny <sup>7</sup> – 1 szt	Zupa z fasolki szparagowej. <sup>1,7,9</sup> Potrawka wieprzowa <sup>1,9</sup> Ziemniaki gotowane Sur.z ogórka kiszzonego z cebulą Kompot	400ml 80/10g 200g 100g 200ml	Ser twarogowy plaster <sup>7</sup> – 1 szt Masło-10g; Sałata– 10gl Pieczywo <sup>1</sup> – 40g	Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	45g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2455.39 kcal; B: 118.g; T: 89 g; Kw. tł. nasy.: 12.40 g; W: 310.30 g; W tym cukry: 40.50 g; Bł.: 30g; Sól: 9.75 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2419.12 kcal; B: 117.g; T: 85 g; Kw. tł. nasy.: 11 g; W: 311 g; W tym cukry: 41 g; Bł.: 30g; Sól: 8g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzykowa

E: 2498.39 kcal; B: 120.g; T: 89 g; Kw. tł. nasy.: 12.40 g; W: 316 g; W tym cukry: 40.50 g; Bł.: 30g; Sól: 9.99 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sesam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	Ilość
PODSTAWOWA	Jogurt naturalny <sup>7</sup> Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Ser żółty <sup>7</sup> Herbata Papryka św. Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	1szt 1szt 15g 30g 200ml 40g 100g	Dla dzieci Grejpfрут – 1 szt	Zupa szpinakowa <sup>1,7,9</sup> Ryba smażona <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z selera i jabłka <sup>9</sup> Kompot	400ml 100g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Wędlina <sup>1</sup> – 30g Masło-10g; Pomidor – 10g Pieczywo <sup>1</sup> – 40g	Salatka jarzynowa <sup>7,9</sup> Masło <sup>7</sup> Ogórek św., Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	150g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Jogurt naturalny <sup>7</sup> Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Serek puszysty <sup>7</sup> Herbata Pomidor Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	1szt 1szt 15g 50g 200ml 40g 100g		Zupa szpinakowa <sup>1,7,9</sup> Ryba gotowana <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z selera i jabłka <sup>9</sup> Kompot	400ml 100g 200g 100g 200ml		Salatka jarzynowa <sup>7,9</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	150g 15g 40g 200ml 80g
CUKRZYCOWA	Jogurt naturalny <sup>7</sup> Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Serek puszysty <sup>7</sup> Herbata b/c Pomidor Pieczywo razowe <sup>1</sup>	1szt 1szt 15g 50g 200ml 40g 100g	Grejpfрут – 1 szt	Zupa szpinakowa <sup>1,7,9</sup> Ryba gotowana <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z selera i jabłka <sup>9</sup> Kompot	400ml 100g 200g 100g 200ml	Wędlina <sup>1</sup> – 30g Masło-10g; Pomidor – 10g Pieczywo <sup>1</sup> – 40g	Salatka jarzynowa <sup>7,9</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	150g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2427.04 kcal; B: 102.27 g; T: 88.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; W: 320.28 g; W tym cukry: 54.80 g; Bł.: 33g; Sól: 9.91 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2359 kcal; B: 100 g; T: 80.1 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; W: 325.42 g; W tym cukry: 58g; Bł.: 33.11 g; Sól: 8.91 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzykowa

E: 2400.06 kcal; B: 105 g; T: 83 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; W: 320.28 g; W tym cukry: 54.80 g; Bł.: 32.1 g; Sól: 9.01 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sezam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	ilość
PODSTAWOWA	Płatki owsiane na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Jajko gotowane <sup>3</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15 1szt 50g 200ml 100g	Dla dzieci Jogurt owocowy <sup>7</sup> – 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem <sup>1,7,9</sup> Filet panierowany <sup>1,3,7</sup> Ziemniaki gotowane Fasolka z wody Kompot	400ml 90g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Herbatniki <sup>1</sup> -30g	Twarożek z ziołami <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pieczywo mieszane <sup>1</sup> Sałata Herbata	70g 15g 100g 40g 200ml
LEKKOSTRAWNA	Płatki owsiane na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Jajko gotowane <sup>3</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15 1szt 50g 200ml 100g		Zupa pomidorowa z ryżem <sup>1,7,9</sup> Filet drobiowy duszony <sup>1</sup> Ziemniaki gotowane Fasolka z wody Kompot	400ml 80g 200g 100g 200ml		Twarożek z ziołami <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pieczywo mieszane <sup>1</sup> Sałata Herbata	70g 15g 100g 40g 200ml
CUKRZYCOWA	Płatki owsiane na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Jajko gotowane <sup>3</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	250ml 30g 15 1szt 50g 200ml 80g	Jogurt naturalny <sup>7</sup> – 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem <sup>1,7,9</sup> Filet drobiowy duszony <sup>1</sup> Ziemniaki gotowane Fasolka z wody Kompot	400ml 80g 200g 100g 200ml	Wędlina <sup>1</sup> -30g Pieczywo <sup>1</sup> – 30g Masło <sup>7</sup> -10g Ogórek kisz-30g	Twarożek z ziołami <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pieczywo razowe <sup>1</sup> Sałata Herbata b/c	70g 15g 80g 40g 200ml

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2403.76 kcal; B: 112.97 g; T: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; W: 301.11 g; W tym cukry: 67.12 g; Bł.: 29g; Sól: 7 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2483.63 kcal; B: 98.41 g; T: 78.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.30 g; W: 357.19 g; W tym cukry: 85.80 g; Bł.: 26g; Sól: 6 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzycowa

E: 2403.77 kcal; B: 114.09 g; T: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; W: 308.71 g; W tym cukry: 56.48 g; Bł.: 28g; Sól: 7 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sesam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.12.2023r.

Dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	ilość
PODSTAWOWA	Zupa mleczna z makaronem <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Ser żółty <sup>7</sup> Ogórek św. Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 30g 50g 200ml 100g	Dla dzieci Jabłko– 1 szt	Zupa brokułowa <sup>1,7,9</sup> Bitki wieprzowe w sosie <sup>1</sup> Kasza jęczmienna <sup>1</sup> Buraczki puree Kompot	400ml 80/30g 150g 100g 200ml	Dla dzieci Jogurt owocowy <sup>7</sup> – 1 szt	Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Rzodkiewka Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	45g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Zupa mleczna z makaronem <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Serek puszysty <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 50g 50g 200ml 100g		Zupa brokułowa <sup>1,7,9</sup> Schab duszony z jabłkami <sup>1</sup> Kasza jęczmienna <sup>1</sup> Buraczki puree Kompot	400ml 80/30g 150g 100g 200ml		Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Rzodkiewka Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	45g 15g 40g 200ml 100g
DCUKRZYCOWA	Zupa mleczna z makaronem <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Serek puszysty <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 50g 50g 200ml 80g	Jabłko– 1 szt	Zupa brokułowa <sup>1,7,9</sup> Schab duszony z jabłkami <sup>1</sup> Kasza jęczmienna <sup>1</sup> Buraczki puree Kompot	400ml 80/30g 150g 100g 200ml	Ser twarogowy plaster <sup>7</sup> – 1 szt Masło <sup>7</sup> -10g Szcypiorek – 10g Pieczywo <sup>1</sup> – 40g	Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Rzodkiewka Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	45g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2335.13 kcal; B: 98.19 g; T: 70.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; W: 337.59 g; W tym cukry: 98.01 g; Bł.: 21.88 g; Sól: 6.56 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2155 kcal; B: 110.11 g; T: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 8.04 g; W: 298.37 g; W tym cukry: 58.67 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 7.01 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzykowa

E: 2325.02 kcal; B: 97g; T: 70.6 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; W: 337.59 g; W tym cukry: 98 g; Bł.: 25 g; Sól: 8.02g;

Legenda alergenów: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sezam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	ilość
PODSTAWOWA	Kasza manna na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g	Dla dzieci Kiwi- 1 szt	Rosół z makaronem <sup>1,7,9</sup> Udko pieczone Ziemniaki gotowane Sur. z marchewki i pora <sup>7</sup> Kompot	400ml 1szt 150g 100g 200ml	Dla dzieci Biszkopty <sup>1</sup> - 5 szt	Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	2szt 15g 50g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Kasza manna na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g		Rosół z makaronem <sup>1,7,9</sup> Udko duszone Ziemniaki gotowane Sur. z marchewki <sup>7</sup> Kompot	400ml 1szt 150g 100g 200ml		Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	2szt 15g 50g 200ml 100g
CUKRZYCOWA	Kasza manna na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 80g	Grejpfrut- 1 szt	Rosół z makaronem <sup>1,7,9</sup> Udko duszone Ziemniaki gotowane Sur. z marchewki <sup>7</sup> Kompot	400ml 1szt 150g 100g 200ml	Jogurt naturalny <sup>7</sup> - 1 szt	Ser twarogowy plastry <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	2szt 15g 50g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2318.96 kcal; B: 92.02 g; T: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; W: 332.61 g; W tym cukry: 50g; Bł.: 21.99 g; Sól: 9.32 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2213 kcal; B: 89 g; T: 69 g; Kw. tł. nasy.: 11.08 g; W: 330.58 g; W tym cukry: 45 g; Bł.: 20 g; Sól: 7.32 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzycowa

E: 2358.96 kcal; B: 96.02 g; T: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; W: 332.61 g; W tym cukry: 57g; Bł.: 28g; Sól: 9.02 g;

Legenda alergenów: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sezam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	ilość
PODSTAWOWA	Kasza jaglana na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Ser topiony <sup>7</sup> Sałata Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 1 szt 40g 200ml 100g	Dla dzieci Jogurt owocowy <sup>7</sup> – 1 szt	Zupa pieczarkowa z ziemniakami <sup>1,7,9</sup> Kotlet schabowy <sup>1,3</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kapusty pekińskiej Kompot	400ml 90g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Jabłko- 1 szt	Pasta jajeczna <sup>3,7</sup> Masło <sup>7</sup> Papryka św. Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	60g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Kasza jaglana na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Ser biały <sup>7</sup> Sałata Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 40g 40g 200ml 100g		Zupa grysikowa <sup>1,7,9</sup> Schab duszony w sosie warz. <sup>1,9</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kapusty pekińskiej Kompot	400ml 80/20g 200g 100g 200ml		Pasta jajeczna <sup>3,7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	60g 15g 40g 200ml 100g
CUKRZYCOWA	Kasza jaglana na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Ser biały <sup>7</sup> Sałata Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	250ml 30g 15g 40g 40g 200ml 80g	Wędlina <sup>1</sup> - 30g Pieczywo <sup>1</sup> – 30g Masło <sup>7</sup> -10g Ogórek kisz- 30g	Zupa grysikowa <sup>1,7,9</sup> Schab duszony w sosie warz. <sup>1,9</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kapusty pekińskiej Kompot	400ml 80/20g 200g 100g 200ml	Jabłko- 1 szt	Pasta jajeczna <sup>3,7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo razowe <sup>1</sup>	60g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2105.05 kcal; B: 101.11 g; T: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 8.04 g; W: 298.37 g; W tym cukry: 58.37 g; Bł.: 25.78 g; Sól: 7.01 g

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2100.2 kcal; B: 100.43 g; T: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 6.94 g; W: 299.9 g; W tym cukry: 46.86 g; Bł.: 22.60 g; Sól: 6.97 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzycowa

E: 2150.72 kcal; B: 110.43 g; T: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 7.84 g; W: 302.91 g; W tym cukry: 48.86 g; Bł.: 26.60 g; Sól: 7.37 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sesam

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.12.2023r.

dieta	ŚNIADANIE	ilość	Drugie śniadanie	OBIAD	ilość	Podwieczorek	KOLACJA	Ilość
PODSTAWOWA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g	Dla dzieci Ser żółty <sup>7</sup> - 30g Pieczywo <sup>1</sup> - 30g Masło <sup>7</sup> -10g Papryka św.- 30g	Barszcz czerwony zabieleny <sup>1,7,9</sup> Ryba smażona <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z kapusty kiszzonej Kompot	400ml 100g 200g 100g 200ml	Dla dzieci Gruszka-1szt	Ser żółty <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Ogórek św. Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 100g
LEKKOSTRAWNA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 100g		Barszcz czerwony zabieleny <sup>1,7,9</sup> Ryba gotowana w sosie zioł. <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z selera i jabłka <sup>9</sup> Kompot	400ml 80/20g 200g 100g 200ml		Ser biały <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata Pieczywo mieszane <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 100g
CUKRZYCOWA	Ryż na mleku <sup>1,7</sup> Wędlina <sup>1</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor ze szczypiorkiem Herbata b/c Pieczywo z razowe <sup>1</sup>	250ml 45g 15g 45/5g 200ml 80g	Ser żółty <sup>7</sup> - 30g Pieczywo <sup>1</sup> - 30g Masło <sup>7</sup> -10g Papryka św.- 30g	Barszcz czerwony zabieleny <sup>1,7,9</sup> Ryba gotowana w sosie zioł. <sup>1,4</sup> Ziemniaki gotowane Sur. z selera i jabłka <sup>9</sup> Kompot	400ml 80/20g 200g 100g 200ml	Gruszka - 1 szt	Ser biały <sup>7</sup> Masło <sup>7</sup> Pomidor Herbata b/c Pieczywo z razowe <sup>1</sup>	50g 15g 40g 200ml 80g

Wartości odżywcze: Dieta podstawowa

E: 2203.00 kcal; B: 94.7 g; T: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.3 g; W: 300.04 g; W tym cukry: 60.2 g; Bł.: 23g; Sól: 8.03 g;

Wartości odżywcze: Dieta lekkostrawna

E: 2195.12 kcal; B: 92.7 g; T: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.3 g; W: 287.04 g; W tym cukry: 58.3 g; Bł.: 20g; Sól: 7 g;

Wartości odżywcze: Dieta cukrzykowa

E: 2199.00 kcal; B: 94 g; T: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.3 g; W: 304.05 g; W tym cukry: 60.9 g; Bł.: 29g; Sól: 7.03 g;

Legenda alergeny: 1-gluten i prod.pochodne, 2-skorupiaki, 3-jaja i prod.pochodne, 4-ryby i prod.pochodne, 5-orzeszki ziemne i prod. pochodne, 6-soja i prod.pochodne, 7-mleko i prod.pochodne, 8-orzechy, 9-seler i prod.pochodne, 10-gorczyca, 11-sesam