

JADŁOSPIS DLA DIETY ŁATWOSTRAWNEJ\*

	Poniedziałek 26.08.2024	Wtorek 27.08.2024	Środa 28.08.2024	Czwartek 29.08.2024	Piątek 30.08.2024	Sobota 31.08.2024	Niedziela 01.09.2024
<b>Śniadanie</b>	Jajko na miękko 2szt., Wędlina 50g, Ser piórko 40g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny: 1,3,6,7)</b>	Zupa mleczna z ryżem 450g, Twarożek waniliowy 50g, Wędlina 50g, Twaróg z ziołami 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny: 1,6,7)</b>	Kiełbaski grzane 100g, Musztarda 10g, Ketchup 10g, Twarożek z natką pietruszki 50g, Wędlina 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7,9,10)</b>	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 450g, Wędlina 50g, Serek wiejski 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7)</b>	Jajko na miękko 2szt., Serek wiejski 40g, Szynka 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,3,6,7)</b>	Zupa mleczna z lanym ciastem 450g, Wędlina 50g, Serek wiejski 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, dżem niskosłodzony 20g, Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,3,6,7)</b>	Kiełbaski grzane 100g, Musztarda 10g, Ketchup 10g Wędlina 50g, Twarożek ziołowy 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Dżem niskosłodzony 20g Pieczywo mieszane 100g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7,9,10)</b>
<b>II Śniadanie</b>	Jabłko 1szt.	Banan 1szt.	Arbuz 1szt.	Jabłko 1szt.	Banan 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 450g, Szynka gotowana w sosie 90g/100g, Ziemniaki z koperkiem 200g, Bukiet warzyw z wody 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny 1,7,9)</b>	Rosolnik ryżowy 450g, Pulpet wieprzowy w sosie 90g/100g, Ziemniaki z koperkiem 200g, Sałata zielona z jogurtem 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny 1,3,7,9)</b>	Zupa jarzynowa z makaronem 450g, Jajko w sosie 2szt. Ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z buraków i jabłka 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny1,6,7,9,10)</b>	Zupa krem selerowa z grzankami 450g, Roladka drobiowa ze szpinakiem i serem w sosie 90g/100g, Ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z marchewki i jabłka 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny1,7,9)</b>	Zupa koperkowa z ryżem 450g, Ryba gotowana z ziołami 90g, Ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z selera i jabłka 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny1,4,7,9)</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami 450g, Udko gotowane 1szt., Ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z selera i jabłka 120g, Kompot 200ml <b>(alergeny1,7,9)</b>	Rosół z makaronem 450g, Roladka wieprzowa z szynką i serem w sosie 90g/100g, Ziemniaki z koperkiem 200g, Surówka z marchewki  Kompot 200ml <b>(alergeny1,3,6,7,9)</b>
<b>Kolacja</b>	Wędlina 40g, Twarożek z ziołami 40g, Pomidor 30g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny 1,6,7)</b>	Sałatka makaronowa 100g, Ser piórko 40g, Wędlina 40g, Pomidor 30g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny 1,3,6,7)</b>	Wędlina 50g, Ser dietetyczny 40g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7)</b>	Sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g Ser piórko 40g, Pomidor 30g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,3,4,7)</b>	Wędlina 40g, Twarożek z zieloną cebulką 50g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7)</b>	Wędlina 40g, Ser piórko 40g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny1,6,7)</b>	Tymbaliki drobiowo-warzywne 1szt., Wędlina 40g, Pomidor 50g, Sałata zielona 20g, Masło 10g, Pieczywo mieszane 150g, Herbata z cytryną 200ml <b>(alergeny 1,3,6,7)</b>
<b>Dodatkowy posiłek</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>	Serek naturalny 150g <b>(alergeny 7)</b>
	Energia - 2200kcal Białko - 100g Tłuszcze – 68g Węglowodany – 322g	Energia - 2300kcal Białko - 100g Tłuszcze - 67g Węglowodany - 330g	Energia - 2300kcal Białko - 99g Tłuszcze - 66g Węglowodany - 325g	Energia - 2300kcal Białko - 100g Tłuszcze - 67g Węglowodany - 331g	Energia - 2300kcal Białko - 100g Tłuszcze - 66g Węglowodany - 323g	Energia - 2200kcal Białko - 100g Tłuszcze - 67g Węglowodany - 324g	Energia - 2300kcal Białko - 99g Tłuszcze - 68g Węglowodany - 327g

\*JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE