

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 22.07.2024 Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
Dieta podstawowa Energia : 2286.41 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 1755.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(Ryż, mleko), Bułka grahamka 70g, Chleb baltonowski 30g., Masło 15g, Ser żółty 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.) Schab duszony 90g (Schab, mąka,) Fasolka szparagowa 150g, Sos jarzynowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (Jabłko, cukier, herbata miętowa) Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca jaja, seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g, Chleb graham 30g, Masło 15g, Szynkóweczka 60g, Dżem 1szt, Ogórek świeży 50g, Rukola 30g, Herbata 250ml (cukier, Herbata czarna),</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>
Dieta cukrzycowa Energia : 2230.00 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 238.44 g; Cukry proste: 7.04 g; Sód: 1619.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.22 g;		
<p>Ryż na mleku 300ml(Ryż, mleko), Chleb graham 75g, Masło 15g, Ser żółty 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, Kawa zbożowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>II Śniadanie :Pieczywo razowe Wasa 2szt, Jogurt naturalny 100g</p> <p><i>*alergeny gluten,mleko</i></p>	<p>Kalafiorowa z/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, śmietana, mąka psz.)Schab duszony 90g (Schab, mąka,) Fasolka szparagowa 150g, Sos jarzynowy 100g, (marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (Jabłko, herbata miętowa)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca sele</i></p> <p>Pod:Salatka Caprese 150g (Pomidor, Ser mozzarella, bazylika, olej)</p> <p><i>*alergeny :mleko,</i></p>	<p>Chleb graham 75g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Twarożek Haga 16g, Ogórek świeży 50g, Rukola 30g, Herbata b/c 250ml (Herbata czarna,)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Chleb graham 30g, Serek topiony 25g</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>

Śniadanie II Śniadanie	Jadłospis na dzień poniedziałek 22.07.2024		Kolacja Posilek nocny
Dieta lekkostrawna Energia : 2211.13 kcal; Białko ogółem: 115.15 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Cukry proste: 34.54 g; Sód: 1912.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;			
<p>Ryż na mleku 300ml(Ryż, mleko), Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Ser deliser 60g, Szynka z piersi kurczaka 30g, Sałatka z buraczków 80g, Kawa z mlekiem 250ml (mleko, cukier, Kawa zbożowa)</p> <p>II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g Pieczywo razowe Wasa 2szt</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p>	<p>Kalafiorowa b/ śm 400ml (wywar mięsny, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, mąka psz.)Schab w jarzynie 90/150g (Schab, marchew, seler, mąka, olej) Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą 250ml (Jabłko, cukier, herbata miętowa) Jogurt naturalny 100g</p> <p>Podwieczorek: Kisiel z owocami 200 ml</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca seler</i></p>	<p>Chleb baltonowski 70g Chleb graham 30g, Masło 15g Szynkóweczka 60g, Dżem 1szt, Sałatka z cukinii 80g, Herbata 250ml (Herbata czarna, cukier)</p> <p><i>*alergeny :mleko, gluten, gorczyca</i></p> <p>Posilek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt</p>	