

JADŁOSPIS DEKADOWY 04.11.2023

10 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA		DIETA CUKRZYCOWA-DIETA Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW					DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWATA					DIETA WĄTROBOWA- DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU					ALERGENY									
Ilość g/ml		Ilość g/ml					Ilość g/ml					Ilość g/ml														
Płatki ryżowe	30					Płatki ryżowe	0					Płatki ryżowe	30					Płatki ryżowe	30				1			
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150					Mleko spożywcze 2% tłuszczu	0					Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150					Mleko spożywcze 2% tłuszczu	150				2			
Chleb pszenny	80					Chleb pszenny	0					Chleb pszenny	100					Chleb pszenny	100				1			
Chleb żytni pełnoziarnisty	50					Chleb żytni pełnoziarnisty	100					Chleb żytni pełnoziarnisty	0					Chleb żytni pełnoziarnisty	0				1			
Masło extra	10					Masło extra	10					Masło extra	10					Masło extra	0				2			
Półdewca drobiowa	40					Półdewca drobiowa	40					Półdewca drobiowa	40					Półdewca drobiowa	40				2,3			
Ser, Ementaler pełnotłusty	30					Ser, Ementaler pełnotłusty	30					Ser, Ementaler pełnotłusty	0					Ser, Ementaler pełnotłusty	0				2, 7			
Salata	10					Salata	10					Salata	10					Salata	10				2, 7			
Pomidor	50					Pomidor	50					Pomidor	50					Pomidor	50							
Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250							
Cytryna	5					Cytryna	5					Cytryna	0					Cytryna	0							
Ser twarogowy półtłusty w kawałku	0					Ser twarogowy półtłusty w kawałku	0					Ser twarogowy półtłusty w kawałku	30					Ser twarogowy półtłusty w kawałku	30							
II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE					II ŚNIADANIE														
Musli z owocami suszonymi	30					Musli z owocami suszonymi	30					Musli z owocami suszonymi	30					Musli z owocami suszonymi	30							
Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150					Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150					Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150					Budyń o smaku śmietankowym bez cukru	150							
Kiwi	40					Kiwi	40					Kiwi	40					Kiwi	40							
OBIAD		OBIAD					OBIAD					OBIAD														
Zupa pieczarkowa z makaronem	300					Zupa pieczarkowa z makaronem	300					Zupa pieczarkowa z makaronem	300					Zupa pieczarkowa z makaronem	300				2			
Gulasz wieprzowy	100					Gulasz wieprzowy	100					Gulasz wieprzowy	100					Gulasz wieprzowy	100				1,2, 3			
Ziemniaki późne	200					Ziemniaki późne	200					Ziemniaki późne	200					Ziemniaki późne	200							
Buraki z jabłkami	100					Buraki z jabłkami	100					Buraki z jabłkami	100					Buraki z jabłkami	100							
Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150					Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150					Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150					Surówka z selerów, jabłek i marchwi	150							
Kompot z jabłek bez cukru	300					Kompot z jabłek bez cukru	300					Kompot z jabłek bez cukru	300					Kompot z jabłek bez cukru	300							
KOLACJA		KOLACJA					KOLACJA					KOLACJA														
Chleb pszenny	80					Chleb pszenny	0					Chleb pszenny	100					Chleb pszenny	100				1			
Chleb żytni razowy	50					Chleb żytni razowy	100					Chleb żytni razowy	0					Chleb żytni razowy	0				1			
Masło extra	10					Masło extra	10					Masło extra	10					Masło extra	0				2			
Pasta z jaj	40					Pasta z jaj	40					Pasta z jaj	40					Pasta z jaj	0				2, 7			
Kiełbasa szynkowa	30					Kiełbasa szynkowa	30					Kiełbasa szynkowa	30					Kiełbasa szynkowa	50				2, 6, 7			
Pomidor	60					Pomidor	60					Pomidor	60					Pomidor	60							
Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250					Herbata, napar bez cukru	250							
Cytryna	5					Cytryna	5					Cytryna	0					Cytryna	0							
WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW		WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW					WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW														
	<i>Ś</i>	<i>II</i>	<i>O</i>	<i>K</i>	<i>RAZEM</i>		<i>Ś</i>	<i>II</i>	<i>O</i>	<i>K</i>	<i>RAZEM</i>		<i>Ś</i>	<i>II</i>	<i>O</i>	<i>K</i>	<i>RAZEM</i>		<i>Ś</i>	<i>II</i>	<i>O</i>	<i>K</i>	<i>RAZEM</i>			
Energia kJ	3 103,40	847,50	2 803,50	2 115,70	8 870,10	1 996,20	847,50	1 362,60	1 747,80	5 954,10	2 466,40	847,50	2 803,50	1 850,20	7 967,60	Energia kJ	2 158,80	847,50	2 803,50	1 297,40	7107,2					
Energia kcal	740,30	202,50	822,00	503,80	2 268,60	475,70	202,50	822,00	416,10	1 916,30	595,70	202,50	822,00	440,30	2 060,50	Energia kcal	522,20	202,50	822,00	308,00	1854,7					
Tłuszcz	24,34	3,72	22,55	19,00	69,61	21,60	3,72	22,55	18,73	66,59	7,69	3,72	53,64	18,41	83,45	Tłuszcz	7,21	3,72	22,55	3,52	37,00					
Kw. nasycone	13,38	1,82	8,28	7,22	30,69	11,33	1,82	8,28	7,18	28,60	4,88	1,82	21,66	7,14	35,50	Kw. nasycone	3,36	1,82	8,28	0,92	14,38					
Węglowodany	100,60	36,51	140,00	74,70	351,80	44,00	36,51	140,00	55,65	276,15	73,34	36,51	140,00	59,67	309,52	Węglowodany	92,78	36,51	140,00	59,76	329,05					
Cukry	16,02	14,16	61,59	8,40	100,16	5,14	14,16	61,59	12,90	93,78	16,09	18,76	61,59	2,92	99,36	Cukry	14,53	14,16	61,59	2,63	92,91					
Białko	28,09	67 442,52	24,08	15,92	67 510,61	21,77	###	24,08	13,28	67 501,65	16,44	67 442,88	24,08	14,44	67 497,84	Białko	20,54	67 442,52	24,08	14,09	67 501,23					
Sól	2,82	0,23	1,35	2,24	6,64	1,90	0,23	1,35	1,90	5,39	2,13	0,24	1,35	1,90	5,62	Sól	1,83	0,23	1,35	2,22	5,63					
Blonnik	6,96	2,55	13,55	7,53	30,59	6,20	2,55	13,55	6,88	29,18	5,66	3,39	13,55	0,88	23,48	Blonnik	5,31	2,55	13,55	5,22	26,63					

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. mleko 3. jaja 4. ryby 5. soja 6. seler 7.gorzyczka 8. nasiona sezamu 9. skorupiaki 10. orzechy 11. dwutlenek siarki 12. łubiny 13. orzeszki ziemne 14. mięczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej