

JADŁOSPIS DEKADOWY 11.11.2023

7 dzień sobota

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA		DIETA CUKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM LĄTWOPRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		DIETA LĄTWOŚTRAWNA I DIETA PĄPKOWATA		DIETA WĄTROBOWA - DIETA LĄTWOŚTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		ALERGENY
	Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml		Ilość g/ml	
Kluski lane na mleku	200	Kluski lane na mleku	0	Kluski lane na mleku	200	Kluski lane na mleku	200	1
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni razowy	50	Chleb żytni razowy	130	Chleb żytni razowy	0	Chleb żytni razowy	0	1
Masło extra	10	Masło extra	10	Masło extra	10	Masło extra	0	2
Poleđwica drobiowa	30	Poleđwica drobiowa	30	Poleđwica drobiowa	30	Poleđwica drobiowa	30	2,3
Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	60	Ser twarogowy półtłusty	60	2, 7
Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	150	Jogurt naturalny 2% tłuszczu	100	
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	
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	100	Pomidor bez skórki	100	
Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	50	Papryka czerwona	0	Papryka czerwona	0	
II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		II ŚNIADANIE		
Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	Jabłko pieczone	100	
OBIAD		OBIAD		OBIAD		OBIAD		
Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	Zupa koperkowa	300	
Pulpety drobiowo-wieprzowe	120	Pulpety drobiowo-wieprzowe	120	Pulpety drobiowo-wieprzowe	120	Pulpety drobiowo-wieprzowe	120	1,2, 3
Ziemniaki późne	220	Ziemniaki późne	220	Ziemniaki późne	220	Ziemniaki późne	220	
Fasolka gotowana	120	Fasolka gotowana	120	Fasolka gotowana	120	Fasolka gotowana	120	
Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	Woda niegazowana	300	
KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		KOLACJA		
Chleb pszenny	80	Chleb pszenny	0	Chleb pszenny	130	Chleb pszenny	130	1
Chleb żytni razowy	50	Chleb żytni razowy	130	Chleb żytni razowy	0	Chleb żytni razowy	0	1
Masło extra	10	Masło extra	10	Masło extra	10	Masło extra	0	2
Mielonka drobiowa	50	Mielonka drobiowa	50	Mielonka drobiowa	50	Mielonka drobiowa	50	2, 7
Salatka z tuńczykiem	100	Salatka z tuńczykiem	80	Salatka z tuńczykiem	100	Salatka z tuńczykiem	100	2, 6, 7
Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor bez skórki	50	Pomidor bez skórki	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	
Pasta kanapkowa z kurczaka	0	Pasta kanapkowa z kurczaka	0	Pasta kanapkowa z kurczaka	0	Pasta kanapkowa z kurczaka	0	
Cukier	0	Cukier	0	Cukier	0	Cukier	0	

WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW

	Ś	H	O	K	RAZEM		Ś	H	O	K	RAZEM		Ś	H	O	K	RAZEM						
Energia kJ	2 733,60	391,00	2 494,20	2 791,60	8 410,40		2 060,60	391,00	1 520,50	2 547,20	6 519,30		2 753,50	391,00	2 494,20	2 839,00	8 477,70	Energia kJ	2 445,90	391,00	2 494,20	2 531,40	7862,5
Energia kcal	651,10	93,00	595,60	666,00	2 005,70		492,30	93,00	595,60	607,80	1 788,70		655,80	93,00	595,60	677,20	2 021,60	Energia kcal	582,30	93,00	595,60	603,70	1874,6
Tłuszcz	20,30	1,60	16,43	25,45	63,77		14,34	1,60	16,43	23,83	56,19		16,43	1,60	39,76	25,28	83,07	Tłuszcz	11,73	1,60	16,43	17,03	46,79
Kw. nasycone	11,24	0,90	6,15	9,35	27,64		7,73	0,90	6,15	9,07	23,86		9,38	0,90	15,19	9,32	34,80	Kw. nasycone	5,72	0,90	6,15	3,85	16,63
Węglowodany	92,56	20,80	79,51	84,16	277,02		75,36	20,80	79,51	78,67	254,34		94,53	20,80	79,51	85,93	280,77	Węglowodany	92,76	20,80	79,51	85,86	278,93
Cukry	26,81	19,00	8,45	8,40	62,65		20,09	19,00	8,45	16,08	63,61		22,43	19,00	8,45	3,22	53,10	Cukry	14,46	19,00	8,45	3,15	45,06
Białko	28,11	0,30	32,57	31,49	92,47		19,95	0,30	32,57	27,32	80,14		37,62	0,30	32,57	32,05	102,54	Białko	28,65	0,30	32,57	31,98	93,50
Sól	1,66	0,01	2,45	3,77	7,88		1,25	0,01	2,45	3,38	7,08		2,11	0,01	2,45	3,89	8,46	Sól	1,85	0,01	2,45	3,89	8,20
Błonnik	8,45	1,60	15,34	14,84	40,23		9,37	1,60	15,34	14,44	40,75		6,05	1,60	15,34	8,19	31,18	Błonnik	7,25	1,60	15,34	14,04	38,23

Legenda: Alergeny występujące w produktach:

1. zboża zawierające gluten 2. mleko 3. jaja 4. ryby 5. soja 6. seler 7. gorczyca 8. nasiona sezamu 9. skorupki 10. orzechy 11. dwutlenek siarki 12. inulina 13. oceszki ziemne 14. mączka

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

08.11.23.
Dokłady: J. Kucharska