

JADŁOSPIS DEKADOWY 12.11.2023

8 dzień niedziela

ŚNIADANIE

DIETA PODSTAWOWA						DIETA CUKRZYCOWA - DIETA Z OGRANICZENIEM LATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW						DIETA LATWOSTRAWNA I DIETA PAKOWANA						DIETA WĄTROBOWA - DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU						ALERGENY						
						Hość g/ml						Hość g/ml						Hość g/ml												
Platki kukurydziane	30					Platki kukurydziane	0					Platki kukurydziane	30					Platki kukurydziane	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	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
Ser twarogowy półtłusty	40					Ser twarogowy półtłusty	40					Ser twarogowy półtłusty	40					Ser twarogowy półtłusty	40											2, 7
Kielbasa żywiecka	30					Kielbasa żywiecka	30					Kielbasa żywiecka	30					Kielbasa żywiecka	30											
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												
Serek twarogowy zmiasty	200					Serek twarogowy zmiasty	200					Serek twarogowy zmiasty	200					Serek twarogowy zmiasty	200											
Bułka grahamka	50					Bułka grahamka	50					Bułka grahamka	50					Bułka grahamka	50											2
OBIAD						OBIAD						OBIAD						OBIAD												
Rosół drobiowy z makaronem	300					Rosół drobiowy z makaronem	300					Rosół drobiowy z makaronem	300					Rosół drobiowy z makaronem	300											
Udko z kurczaka pieczone	120					Udko z kurczaka pieczone	120					Udko z kurczaka pieczone	120					Udko z kurczaka pieczone	120											1, 2, 3
Ziemniaki późne	230					Ziemniaki późne	220					Ziemniaki późne	220					Ziemniaki późne	220											
Marchewka z groszkiem I	120					Marchewka z groszkiem I	120					Marchewka z groszkiem I	120					Marchewka z groszkiem I	120											
Kompot wielowocowy bez cukru	300					Kompot wielowocowy bez cukru	300					Kompot wielowocowy bez cukru	300					Kompot wielowocowy bez cukru	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
Salatka makaronowa z kurczakiem	80					Salatka makaronowa z kurczakiem	80					Salatka makaronowa z kurczakiem	50					Salatka makaronowa z kurczakiem	50											2, 7
Szynkówka wieprzowa	50					Szynkówka wieprzowa	80					Szynkówka wieprzowa	50					Szynkówka wieprzowa	50											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											
WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW						WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW						WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW						WARTOŚCI ODŻYWCZE PRODUKTÓW												
	Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM		Ś	II	O	K	RAZEM							
Energia kJ	2 712,80	1 387,00	2 471,40	2 792,60	9 363,80	Energia kJ	1 841,60	1 387,00	1 520,50	2 944,30	7 693,40	Energia kJ	2 732,70	1 387,00	2 471,40	2 562,50	9 153,60	Energia kJ	2 425,10	1 387,00	2 471,40	2 254,90	8 538,4							
Energia kcal	646,10	331,00	710,60	665,80	2 373,50	Energia kcal	439,90	331,00	710,60	702,30	2 203,80	Energia kcal	650,80	331,00	710,60	610,70	2 323,10	Energia kcal	671,80	202,00	710,60	537,20	2 141,6							
Tłuszcz	16,22	9,45	14,74	28,33	68,73	Tłuszcz	13,71	9,45	14,74	32,98	69,87	Tłuszcz	11,50	9,45	26,52	24,17	71,64	Tłuszcz	15,54	8,69	14,74	15,92	54,80							
Kw. nasycone	8,88	5,27	4,33	10,15	28,63	Kw. nasycone	6,96	5,27	4,33	11,72	28,28	Kw. nasycone	2,48	5,27	8,54	9,44	25,74	Kw. nasycone	6,07	5,16	4,33	3,97	19,53							
Węglowodany	110,11	35,05	130,54	85,60	361,29	Węglowodany	74,08	35,05	130,54	82,42	322,08	Węglowodany	91,30	35,05	130,54	82,87	339,76	Węglowodany	110,31	6,60	130,54	82,80	330,25							
Cukry	23,43	6,60	33,48	9,90	73,40	Cukry	19,11	6,60	33,48	18,00	77,18	Cukry	17,15	6,60	33,48	4,16	61,39	Cukry	17,08	6,60	33,48	4,09	61,25							
Białko	30,44	24,60	28,00	23,94	106,98	Białko	22,31	24,60	28,00	27,06	101,97	Białko	30,80	28,70	28,00	21,47	108,97	Białko	30,73	24,60	28,00	21,40	104,73							
Sól	3,30	1,90	0,86	3,77	9,82	Sól	2,06	1,90	0,86	4,41	9,23	Sól	3,43	2,49	0,86	3,54	10,31	Sól	3,43	1,90	0,86	3,53	9,72							
Błonnik	10,23	0,00	15,40	7,46	33,09	Błonnik	9,37	0,00	15,40	8,53	33,35	Błonnik	9,03	2,70	15,40	0,73	27,86	Błonnik	9,03	0,00	15,40	6,58	31,01							

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. łubny 13. orzeszki ziemne 14. mączczaki

Podpis osoby zatwierdzającej Podpis osoby sporządzającej

08.11.23
Teofila - M. Kniekowska