

JADŁOSPIS NA 2025-04-05 (sobota)

Dieta podstawowa - KOD 1

Śniadanie	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pasztet wędzony ; Ser biały ze szczypiorkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Powidła /Alergeny: 7/; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
773 kcal	Tłuszcz 36,55 g, Węglowodany ogółem 76,36 g, Sód 724,93 mg, Błonnik pokarmowy 7,07 g, Białko ogółem 23,21 g, w tym cukry 35,65 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,62 g
Obiad	Zupa neapolitańska /Alergeny: 7,1/; ziemniaki gotowane ; Kotlet mielony smażony /Alergeny: 3,7/; Kapusta biała gotowana /Alergeny: 7/; Buraki z cebulą /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; Jogurt z Owsianką /Alergeny: 1,3,6,9,10/
1111 kcal	Tłuszcz 46,35 g, Węglowodany ogółem 123,83 g, Sód 845,29 mg, Błonnik pokarmowy 13,46 g, w tym cukry 33,37 g, Białko ogółem 50,72 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,6 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Ser gouda wędzony /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata ; Sałata /Alergeny: 7/; rzodkiewka /Alergeny: 7/; pasta z wędliny /Alergeny: 10,7/
519 kcal	Tłuszcz 25,46 g, Węglowodany ogółem 56,76 g, Sód 644,19 mg, Błonnik pokarmowy 6,52 g, Białko ogółem 15,54 g, w tym cukry 7,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta lekkostrawna - KOD 2

Śniadanie	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; polędwica Ani /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pieczeń rzymska ; Pomidor /Alergeny: 7/; dżem owocowy ; batonik twarogowy /Alergeny: 1,3,6,9,10/
768 kcal	Tłuszcz 36,3 g, Węglowodany ogółem 62,8 g, Błonnik pokarmowy 2,16 g, Białko ogółem 37,03 g, w tym cukry 34,23 g, Sód 1211,42 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 16,62 g
Obiad	Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; makaron gotowany /Alergeny: 1,7/; Sos z pesto i kurczakiem /Alergeny: 5,1,3,6,9,10/; Surówka marchewki z chrzanem /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; Jogurt z Owsianką /Alergeny: 1,3,6,9,10/
665 kcal	Tłuszcz 8,15 g, Węglowodany ogółem 116,69 g, Sód 752,4 mg, Błonnik pokarmowy 11,24 g, w tym cukry 31,01 g, Białko ogółem 26,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,12 g
Kolacja	chleb pszenny /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/
391 kcal	Tłuszcz 18,36 g, Węglowodany ogółem 40,84 g, Błonnik pokarmowy 1,81 g, Białko ogółem 17,07 g, w tym cukry 7,54 g, Sód 285,24 mg, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g
wieczorny posiłek	jabłko pieczone
50 kcal	Tłuszcz 0,4 g, Węglowodany ogółem 12,1 g, Sód 2 mg, Błonnik pokarmowy 2 g

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - KOD 6

Śniadanie	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; polędwica Ani /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Ser biały z koperkiem /Alergeny: 7/; pieczeń rzymska ; Pomidor /Alergeny: 7/; sok kubus /Alergeny: 1,3,6,9,10/
761 kcal	Tłuszcz 29,2 g, Węglowodany ogółem 89,99 g, Sód 1433,87 mg, Błonnik pokarmowy 9,08 g, Białko ogółem 29,11 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g, w tym cukry 48,64 g
Drugie śniadanie	grejfruty
32 kcal	Tłuszcz 0,16 g, Węglowodany ogółem 7,84 g, Sód 1,6 mg, Błonnik pokarmowy 1,52 g
Obiad	Zupa wiedeńska /Alergeny: 7,1/; Makaron razowy /Alergeny: 1,3,9,10/; Sos z pesto i kurczakiem /Alergeny: 5,1,3,6,9,10/; Surówka marchewki z chrzanem /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/; jogurt naturalny
486 kcal	Tłuszcz 4,8 g, Węglowodany ogółem 94,05 g, Sód 716,38 mg, Błonnik pokarmowy 9,57 g, w tym cukry 12,04 g, Białko ogółem 12,49 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 0,57 g
Podwieczorek	Owsianka z owocami /Alergeny: 1,7/
273 kcal	Błonnik pokarmowy 3,32 g, Tłuszcz 6,39 g, Węglowodany ogółem 42,69 g, Sód 92,4 mg, Białko ogółem 10,64 g, w tym cukry 16 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 2,38 g
Kolacja	Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Pasta z wędliny drob. z koperkiem (dieta) /Alergeny: 3,7/; ser puszysty /Alergeny: 7/; Herbata ; Pomidor /Alergeny: 7/

412 kcal	Tłuszcz 19,79 g, Węglowodany ogółem 44 g, Sód 507,84 mg, Błonnik pokarmowy 5,55 g, Białko ogółem 12,75 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8,48 g, w tym cukry 7,3 g
wieczorny posiłek	jabłko (1 sztuka)
60 kcal	Tłuszcz 0,48 g, Węglowodany ogółem 14,52 g, Sód 2,4 mg, Błonnik pokarmowy 2,4 g

dieta podstawowa komercja

Śniadanie	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Herbata ; Pasztet wędzony ; Ser biały ze szczypiorkiem /Alergeny: 7/; Pomidor /Alergeny: 7/; Powidła /Alergeny: 7/; Kawa z mlekiem /Alergeny: 7,1/; Sałata rzymska /Alergeny: 1,3,6,9,10/
633 kcal	Tłuszcz 27,75 g, Węglowodany ogółem 76,36 g, Sód 724,93 mg, Błonnik pokarmowy 7,07 g, Białko ogółem 18,41 g, w tym cukry 25,25 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10,62 g
Obiad	Zupa neapolitańska /Alergeny: 7,1/; ziemniaki gotowane ; Kotlet mielony smażony /Alergeny: 3,7/; Kapusta biała gotowana /Alergeny: 7/; Buraki z cebulą /Alergeny: 7/; Kompot z rabarbaru /Alergeny: 7/
954 kcal	Tłuszcz 42,75 g, Węglowodany ogółem 98,99 g, Sód 845,29 mg, Błonnik pokarmowy 13,46 g, w tym cukry 13,21 g, Białko ogółem 44,96 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 1,6 g
Kolacja	chleb zwykły /Alergeny: 1/; Chleb razowy /Alergeny: 1/; masło extra /Alergeny: 7/; Ser gouda wędzony /Alergeny: 1,3,6,9,10/; Herbata ; Sałata /Alergeny: 7/; rzodkiewka /Alergeny: 7/; pasta z wędliny /Alergeny: 10,7/
519 kcal	Tłuszcz 25,46 g, Węglowodany ogółem 56,76 g, Sód 644,19 mg, Błonnik pokarmowy 6,52 g, Białko ogółem 15,54 g, w tym cukry 7,44 g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7,65 g