

## JADŁOSPIS DEKADOWY OD 21.11.2023r DO 30.11.2023r

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.11.2023 (wtorek)	JADŁOSPIS NA DZIEŃ 22.11.2023 (środa)
<p><b>DIETA PODSTAWOWA [1]</b>  <b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 350ml (1,2), B/M- kasza manna na wodzie 350ml (1), masło tł.82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 40g (1), jabłko 150g, dżem truskawkowy 25g, ser żółty salami 40g (2), papryka czerwona 50g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (1,2)  <b>Obiad:</b> zupa szczawiowa z ryżem 350 ml(6), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos koperkowy 100g (1,2), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, galaretka truskawkowa do picia 220ml  <b>Kolacja:</b> masło 82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1), pasztet pieczony 40g (1,3,6), ogórek kiszony 70g, herbata czarna 220ml, sałata zielona 3 listki  <b>Posiłek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (2), B/M - mus owocowy 1 szt. (100g)  <b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b>  <b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 350ml ( 1,2), B/M- kasza manna na wodzie 350ml(1), masło tł. 82%20g(2), pieczywo pszenne 40g(1), dżem truskawkowy 25g, twaróg 70g (2), kawa zbożowa z mlekiem 220 ml(1,2), pomidor 50g, jabłko gotowane 150g,  <b>Obiad:</b> zupa ryżowa 350 ml (6), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos koperkowy 100g (1,2), warzywa gotowane (seler, marchew, pietruszka k.) 130g(1,2,6), galaretka truskawkowa do picia 220ml  <b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g(2), pieczywo pszenne 90g(1), pasztet pieczony 40g (1,3,6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 4 listki,  <b>Posiłek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150g (2), B/M - mus owocowy 1 szt. (100g)  <b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> masło tł.82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 40g (1), jajko gotowane 70g (3), WATR-CUKRZ- pasta z białka jaj 70g (2,3), twaróg 70g (2), kawa zbożowa 220ml (1), jabłko 150g, sałata zielona 4 listki  <b>Obiad:</b> zupa szczawiowa z ryżem 350 ml(6), WATR-cukrz- zupa ryżowa 350ml (6), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos koperkowy 100g (1,2), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, kompot czarna porzeczka 220ml  <b>Kolacja:</b> masło tł. 82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1) pasztet pieczony 40g (1,3,6), herbata czarna 220ml, CUKRZ-ogórek kiszony 70g, watr-cukrz-sałata zielona 4 listki  <b>II Kolacja CUKRZ i WATR-CUKRZ:</b> masło 82%5g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 50g(1), ser żółty salami 20g(2), WATR-CUKRZ-B/M- pomidor 50g, herbata czarna bez cukru 220 ml</p>	<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b>  <b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 350ml (2), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml, masło tł.82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 40g(1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (5), serek tartare 1 szt. (2), herbata owocowa (poziomka) 220 ml, pomidor 50g  <b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, befsztyk z cebulką duszony 80g (3), sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220 ml, mandarynka 1 szt  <b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), ser biały ze śmietaną i rzodkiewką 100g (2), sałata strzępiasta 2 listki, B/M-kielbasa krakowska 40g (5), sałata strzępiasta, herbata czarna 220ml,  <b>Posiłek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150 g (2) , B/M - mus owocowy 1 szt. (100g)  <b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b>  <b>Śniadanie:</b> kasza jaglana na mleku 350ml (2), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml masło tł.82% 20g (2), pieczywo pszenne 40g( 1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g(5), serek tartare 1 szt (2), herbata owocowa(poziomka) 220 ml, pomidor 50g  <b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1,2), puree z selera 130g (1,2,6), kompot z jabłek 220 ml, banan 1 szt  <b>Kolacja:</b> masło tł.82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g(1), ser biały z mlekiem 70g (2), sałata strzępiasta 2 listki, B/M-kielbasa krakowska 40g (5), sałata strzępiasta, herbata czarna 220ml,  <b>Posiłek dodatkowy:</b> kefir naturalny 150 g (2), B/M - mus owocowy 1 szt. (100g)  <b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> masło tł.82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (5), serek tartare 1 szt (2), herbata owocowa (poziomka) b/c 220 ml, pomidor 50g  <b>Obiad:</b> zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1,2), sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130g, watr-cukrz - puree z selera 130g (1,2,6), kompot z jabłek 220 ml, mandaryna 1 szt.  <b>Kolacja:</b> masło tł.82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g(1), ser biały ze śmietaną i rzodkiewką 70g (2), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta,  <b>II Kolacja CUKRZ i WATR-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 50 g (1), szynka z indyka 40g (5), ogórek zielony 50g, herbata czarna b/c 220 ml</p>

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.11.2023 (czwartek )	JADŁOSPIS NA DZIEŃ 24.11.2023 ( piątek)
<p><b>DIETA PODSTAWOWA[1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>płatki owsiane na mleku 350ml(1,2), B/M- płatki owsiane na wodzie 350ml (1), masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), szynka tyrolska 40 g (5), herbata czarna 220ml, serek deliser 1 szt. papryka 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), kasza gryczana 200g (9), (dzieci ziemniaki250g), gulasz wieprzowy 150g (1), sałatka z buraczków z olejem rzepakowym 130g, kisiel cytrynowy do picia 220 ml,</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), parówka drobiowa 1 szt. (5), pomidor 50g, herbata owocowa (brzoskwiniowa) 220ml,</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> serek wiejski 200 g (2), B/M - mus owocowy 1 szt. (100g)</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> płatki owsiane na mleku 350ml(1,2), B/M- płatki owsiane na wodzie 350ml (1) masło 82% 20g (2), pieczywo pszenne 40g(1), szynka tyrolska 40g (5), herbata czarna 220 ml, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa ziemniaczanka 350ml(1,2, 6), kasza gryczana 200g (9), (dzieci ziemniaki), gulasz wieprzowy 150g (1), buraczki na ciepło 130g (1,2), kisiel cytrynowy do picia220 ml,</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 20g 82% (2),pieczywo pszenne 90g (1), parówka drobiowa 1 szt (5), herbata owocowa (brzoskwiniowa) 220ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> serek wiejski 200 g (2), dieta b/m: mus owocowy (100g )</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82%10g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), szynka tyrolska 40 g (5), herbata czarna 220ml, papryka 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), kasza gryczana 200g (9), (dzieci ziemniaki250g), gulasz wieprzowy 150g (1), 130g, buraczki na ciepło 130g (1,2),kompot truskawkowy b/c 220 ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), parówka drobiowa 1 szt (5), herbata czarna 220ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ i WAT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 50g(1), serek wiejski 200 g (2), B/M- ogórek konserwowy 70g (7), herbata owocowa (brzoskwiniowa) bez cukru 220m</p>	<p><b>DIETA PODSTAWOWA [1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>kasza kukurydziana na mleku 350ml (2), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 350ml ( ), masło 82%20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), miód naturalny 1 szt, ser żółty salami 40g (2), herbata owocowa (truskawka) 220 ml (1,2), rzodkiewka 30g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa barszcz czerwony 350ml(1,2,6), makaron z serem białym 300g (1,2,3), mieszanka kompotowa(agrest, malina, czarna porzeczka, truskawka) 220ml, jabłko 150 g</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g(1), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (4,6), herbata czarna 220ml, ogórek zielony 50g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus owocowy (100g )</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>kasza kukurydziana na mleku 350ml (2), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 350ml ( ), masło tł. 82%20g(2),pieczywo pszenne 40g(1), miód naturalny 1szt,serek tartare 1 szt (2) pomidor 50g, herbata owocowa (truskawkowa) 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa barszcz czerwony 350ml(1,2,6), makaron z serem białym 300g (1,2,3), , jabłko gotowane 150 g, mieszanka kompotowa(agrest, malina, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g(2), pieczywo pszenne 90g(1), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (4,6), herbata czarna 220ml, pomidor 50g</p> <p><b>Posilek dodatkowy:</b> mus owocowy (100g)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82%20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), serek tartare 2 szt (2), B/M-pomidor 50 g, herbata owocowa b/c 220 ml (1), jabłko 150g</p> <p><b>Obiad:</b>zupa barszcz czerwony 350ml(1,2,6), makaron brązowy z serem białym 300g (1,2,3),mieszanka kompotowa(agrest, malina, czarna porzeczka, truskawka) 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82%20g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g(1), pasta z ryżu, ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (4,6), herbata czarna b/c 220ml, ogórek zielony 30 g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ i WAT-CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 50g(1), pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.11.2023r. (sobota)	JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.11.2023 (niedziela)
<p><b>DIETA PODSTAWOWA [1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza jagłana na mleku 350ml (2), B/M- kasza jagłana na wodzie 350ml(1 ), masło tł. 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+graham 40g(1), polędwica miodowa 60g(5), papryka świeża 50 g, herbata czarna 220 ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,6), kompot z jabłek 220 ml,</p> <p><b>Kolacja:</b> masło tł. 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1), salceson drobiowy 60g (5), herbata owocowa (brzoskwiniowa) 220ml, ogórek zielony 50 g</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> soczek brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIĄŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>kasza jagłana na mleku350ml (2), B/M- kasza jagłana na wodzie 350ml Masło tł. 82% 20g (2), pieczywo pszenne 40 g(1), polędwica miodowa 60g (5), herbata czarna 220ml, sałata zielona 30 g, pomidor 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,6), kompot z jabłek 220 ml,</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio-pszenne 90g(1), salceson drobiowy 40 g(5) herbata owocowa (brzoskwiniowa) 220ml, pomidor 50 g</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> soczek brzoskwiniowy 1 szt.</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło tł. 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+graham 40g (1), polędwica miodowa 60g (5), herbata czarna b/c 220ml, papryka świeża 50 g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), spaghetti mięsno-warzywne 300g (1,3,6),kompot z jabłek 220 ml,</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1), salceson drobiowy 40g(5), herbata owocowa (brzoskwiniowa) b/c 220ml, ogórek zielony 50 g</p> <p><b>II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ:</b> masło tł. 82% 5g(2), pieczywo żytnio pszenne+graham 50g (1), serek tartare 1 szt (2), herbata czarna b/c 220 ml, sałata zielona 3 list</p>	<p><b>DIETA PODSTAWOWA [KOD1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b>Płatki jęczmienne na mleku 350ml(1,2),B/M-płatki jęczmienne na wodzie 350ml(1), masło tł.82% 20g (2), pieczywo żytnio-pszenne+graham 40g (1), ser żółty salami 20g(2), B/M miód 1szt. 25 g, kiełbasa żywiecka 40g (5), ogórek zielony 50 g, herbata poziomkowa 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa rosół z makaron 350ml(1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, kotlet smażony z piersi kurczaka 100g (1,3), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (7), mieszanka kompotowa ( agrest,czarna porzeczka, truskawka, malina) 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio-pszenne+ pieczywo graham 90g(1), szynka konserwowa 40 g(5), pomidor 50g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> mus truskawkowy 100 g</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIĄŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> Płatki jęczmienne na mleku 350ml(1,2), B/M-płatki jęczmienne na wodzie 350ml (1), serek tartare 1 szt. 20g (2), kiełbasa krakowska 40g (5), masło tł.82% 20g(2), pieczywo pszenne 40g(1), jabłko 150g, herbata poziomkowa 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b>zupa rosół z makaronem 350ml(1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100, sos koperkowy 100 g (1,2), warzywa gotowane (marchew, seler, pietruszka k.130g (1,2,6), mieszanka kompotowa ( agrest, czarna porzeczka, truskawka, malina) 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 10g (2), pieczywo pszenne 90g (1), szynka konserwowa 40 g(5), pomidor 50 g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> mus truskawkowy 100 g</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio-pszenne+ graham 40g (1), serek tartare 1 szt. 20g (2), kiełbasa krakowska 40g (5), herbata poziomkowa 220ml,ogórek zielony 50g</p> <p><b>Obiad:</b> zupa rosół z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki gotowane 250g, pierś z kurczaka gotowana 100g, sos koperkowy 100 g(1,2),sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130 g (7) mieszanka kompotowa ( agrest, czarna porzeczka, truskawka, malina) 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82%10g (6), pieczywo pszenne 90g(1), szynka konserwowa 40 g(5), pomidor 50g herbata czarna 220ml</p> <p><b>II kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ:</b> masło 82% 5g(2), pieczywo żytnio pszenne +graham50g(1), pasztet drobiowy 20g (1,2,7,9), ogórek zielony 30 g, herbata czarna b/c 220ml</p>

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.11.2023 (poniedziałek)	JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.11.2023 (wtorek)
<p><b>DIETA PODSTAWOWA [KOD1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku na mleku 350ml (1,2), B/M- kasza manna na wodzie 350(1), masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 40g (1),  pierś pieczona z indyka 40 g (5), serek deliser 1 szt (2), B/M- dżem brzoskwiniowy 1szt. 25 g, pomidor 50g , herbata czarna 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa z cukinii z ryżem 350ml (1,2,6), fasolka po bretońsku z kiełbasą zwyczajną 300g(1,5), ziemniaki gotowane 250 g, kompot z jabłek 220 ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1) ,  połędwica sopocka 40g (5), herbata czarna 220ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> kefir 150g (2)</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [KOD 2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [KOD 4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[KOD 3], DIETA ELIMINACYJNA - BEZMLECZNA [KOD 11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [KOD 9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> kasza manna na mleku 350ml (1,2), B/M- kasza manna na wodzie 350ml(1), masło 82% 10g(2), pieczywo pszenne 40 (1), pierś pieczona z indyka 40 g (5), serek tartare 1 szt (2), B/M- dżem brzoskwiniowy 1szt. 25 g, pomidor 50 g, herbata czarna 220ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa z cukinii z ryżem 350ml (1,2,6), ziemniaki 250g, gulasz wieprzowy 150 (1), marchew gotowana 130g(1,2), kompot z jabłek 220 ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g (1), połędwica sopocka 40g (5), herbata czarna 220ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> kefir 150g (2)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)[6] / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82% 10g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 40g (1), pierś pieczona z indyka 40 g (5), serek tartare 1 szt(2), B/M- jajko gotowane 1szt. (3) pomidor 50g, herbata czarna b/c 220 ml,</p> <p><b>Obiad:</b> zupa z cukinii z ryżem 350ml (1,2,6), fasolka po bretońsku z kiełbasą zwyczajną 300g(1,5), ziemniaki gotowane 250 g, kompot z jabłek b/c 220 ml, wotr-cukrz- ziemniaki 250g, gulasz wieprzowy 150 (1), marchew gotowana 130g(1,2), sos mięsny 150 (1), marchew gotowana 130g(1,2), kompot z jabłek b/c 220 ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 90g(1),  połędwica sopocka 40g (5), herbata czarna b/c 200ml, sałata zielona 3 listki</p> <p><b>II kolacja CUKRZ i WATR-CUKRZ:</b> masło 82% 5g(2), pieczywo żytnio pszenne+ graham 50g (1), rzodkiewka 3 szt., kefir 150g (2), herbata czarna 220ml</p>	<p><b>DIETA PODSTAWOWA [KOD1]</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 350ml(1,2, 3), B/M- zacierka na wodzie 350ml(1,3), masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio pszenne+graham 40g (1), szynka tyrolska 40g (5), ogórek kiszony 70 g, dżem z czarnej porzeczki 1szt. 25 g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 350ml(1,3,6), ryż 200g, potrawka z kurczaka, pietruszki, marchewki, groszku i kapusty kiszonej 200g (1,6), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio-pszenne + graham 90g(1), pasztet drobiowy 40g (1,2,7,9), sałata strzępiasta 3 listki, herbata jabłkowa 220ml,</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150 g (2)</p> <p><b>DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> zacierka na mleku 350ml (1,2,3), zacierka na wodzie 350ml(1,3), masło 82% 20g(2), pieczywo pszenne 40g (1), szynka tyrolska 40 g (5), dżem z czarnej porzeczki 1szt., pomidor 50g, herbata czarna 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 350ml(1,3,6), ryż 200g, potrawka z kurczaka, pietruszki, marchewki 200g (1,6), kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g (1), pasztet drobiowy 40g (1,2,7,9), sałata strzępiasta 3 listki, herbata jabłkowa 220ml,</p> <p><b>Posiłek dodatkowy:</b> jogurt naturalny 150 g (2)</p> <p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA</b></p> <p><b>Śniadanie:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio -pszenne+graham 40g (1), szynka tyrolska 40g (5), serek tartare 1 szt. 20 g (2), herbata czarna b/c 220ml</p> <p><b>Obiad:</b> zupa brokułowa z ziemniakami 350ml(1,3,6), ryż 200g, potrawka z kurczaka, pietruszki, marchewki, groszku i kapusty kiszonej 200g, WATR- CUKRZ potrawka z kurczaka, pietruszki, marchewki 200g (1,6) kompot truskawkowy 220ml</p> <p><b>Kolacja:</b> masło 82% 20g(2), pieczywo żytnio-pszenne + graham 90g(1), pasztet drobiowy 40g (1,2,7,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki</p> <p><b>II kolacja CUKRZ i WATR- CUKRZ:</b> masło 82% 5g (2), pieczywo żytnio pszenne +graham 50g (1), jogurt naturalny 150 g (2), B/M-pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml</p>

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.11.2023 (środa)

### DIETA PODSTAWOWA [KOD1]

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 350ml(2), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml, masło 82% 10g(2), pieczywo żytnio pszenne 50g+ graham 25g (1), polędwica miodowa 40g (5), serek tartare 1 szt. 20g (2), B/M polędwica miodowa 60g (5), pomidor 50g, herbata poziom220 ml,  
**Obiad:** zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki 250g, zraz wieprzowy w sosie własnym 100g (1,3), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g, kompot z czarnej porzeczki 220 ml

**Kolacja:** masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), ser biały ze śmietaną i rzodkiewką 90g (2), sałata 2 listki, B/M- jajko 2 szt. (3), rzodkiewka 3 szt., herbata czarna 220ml,

**Posiłek dodatkowy:** mus brzoskwinowy 100g

**DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2**

**Śniadanie:** kasza jaglana na mleku 350ml(2), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml, masło 82% 10g (2), pieczywo pszenne 40g(1), polędwica miodowa 40g (5), serek tartare 1 szt. 20g (2), B/M polędwica miodowa 60g (5), pomidor 50g, herbata poziomkowa 220ml,

**Obiad:** zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki 250g, pulpet wieprzowy 100g (1,3), sos pietruszkowy 100g (1,2), jarzynka gotowana (marchew, pietruszka, seler) 130g (1,2,6), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

**Kolacja:** masło 82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g(1), ser biały z mlekiem i natką pietruszki 90g (2), B/M- pasztet drobiowy 40g (1,2,5,6), herbata czarna 220ml, pomidor 50g

**Posiłek dodatkowy:** mus brzoskwinowy 100g

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA**

**Śniadanie:** masło 82% 10g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g (1), polędwica miodowa 40g (5), serek tartare 1 szt. 20g (2), pomidor 50g, herbata poziomkowa 220 ml,

**Obiad:** zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,3,6), ziemniaki 250g, pulpet wieprzowy 100g(1,3), sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g, **WĄTR- CUKRZ** jarzynka gotowana (marchew, pietruszka, seler) 130g (1,2,6), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

**Kolacja:** masło 82% 20g (2), pieczywo pszenne 90g(1), ser biały z mlekiem z rzodkiewką 90g (2), B/M jajko 2 szt. (3), rzodkiewka 3 szt., herbata poziomkowa b/c 220ml ,

**II Kolacja CUKRZ i WĄTR-CUKRZ:** masło 82% 5g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 50g (1), serek wiejski 200 g(2), sałata 2 listki, B/M- ogórek zielony 50 g, sałata 2 listki, herbata czarna b/c 220 ml

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.11.2023 (czwartek)

### DIETA PODSTAWOWA [KOD1]

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 350ml(1,2), B/M- płatki owsiane na wodzie 350ml (1), masło 82% 10g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), szynka z indyka 40 g (5), serek delise 1 szt. 17 g(2), B/Mszynka z indyka 60g(5) herbata czarna 220ml, ogórek zielony 50g  
**Obiad:** zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), kasza jęczmienna 200g (1,2), (dzieci ziemniaki 250g), gulasz wieprzowy 150g (1), sałatka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek 220 ml

**Kolacja:** masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), pasta z jajek i wędliny 70 g (3,5), herbata brzoskwinowa 220ml, sałata zielona 3 listki

**Posiłek dodatkowy:** kefir naturalny 150g

**DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA- BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIAŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2**

**Śniadanie:** płatki owsiane na mleku 350ml(1,2), B/M- płatki owsiane na wodzie 350ml(1) masło 82% 10g(2), pieczywo pszenne 40g(1), szynka z indyka 40g(5), herbata czarna 220 ml, pomidor 50g

**Obiad:** zupa koperkowa ziemniaczanka 350ml(1,2, 6), kasza jęczmienna 200g (1,9), (dzieci ziemniaki), gulasz wieprzowy diet. 150g (1), marchew gotowana 130g(1,2), kompot z jabłek 220ml

**Kolacja:** masło 20g 82% (2), pieczywo pszenne 90g (1), pasta z białek jaj i wędliny 70 g (3,5), herbata brzoskwinowa 220ml, sałata zielona 3 listki

**Posiłek dodatkowy:** kefir naturalny 150g

**DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA), / WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA**

**Śniadanie:** masło 82% 10g(2), pieczywo żytnio pszenne + graham 40g(1), szynka z indyka 40 g (5), herbata czarna 220ml, ogórek zielony 50g, **WĄTR- CUKRZ** pomidor 50g

**Obiad:** zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (1,2,6), kasza jęczmienna 200g (1,2), (dzieci ziemniaki 250g), gulasz wieprzowy 150g (1), sałatka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130g, kompot z jabłek b/c 220 ml

**Kolacja:** masło 82% 20g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g (1), pasta z jajek i wędliny 70 g (3,5), **WĄTR- CUKRZ** pasta z białek jaj i wędliny 70 g herbata brzoskwinowa 220ml, sałata zielona 3 listki  
**II Kolacja CUKRZ i WĄTR-CUKRZ:** masło 82% 5g (2), pieczywo żytnio pszenne + graham 50g(1), kefir naturalny 150g (2), pomidor 50g, B/M- pomidor 70g, herbata czarna b/c 220ml

**PRODUKTY I POTRAWY W NAWIASIE ZAWIERAJĄ ALERGENY**

**Legenda:**

- \* **WAT- CUK** – dieta wątrobowo – cukrzycowa
- \* **WYS- BIAŁ** -dieta wysokobiałkowa
- \* **BEZ-ML** -dieta bezmleczna

- (1)- gluten**
- (2)- mleko**
- (3)- jaja**
- (4)- ryby**
- (5)- soja**
- (6)- seler**

**Legenda :**

- (7)- gorczyca**
- (8)- sezam**
- (9)- orzeszki ziemne i pistacjowe**
- (10)- łubin**

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

***Podsumowanie: średnia dzienna z planu żywieniowego dekadowego: 21.11.2023 r. - 30.11.2023***

Parametr	Zawartość w porcji
Wartość energetyczna [kcal]	2322.3
Wartość energetyczna [kJ]	9744.6
Białko [g]	89.4
Tłuszcz [g]	90.4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	43.9
Węglowodany ogółem [g]	299.91
Cukry [g]	51.71
Błonnik pokarmowy [g]	24.6
Sól [g]	7.7