

JADŁOSPIS DEKADOWY OD 31.12.2023r. DO 09.01.2024r.

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.12.2023 (niedziela)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 350ml(7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 350ml (), masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g (1), kiełbasa żywiecka 40 g (6), serek tartare 1 szt (20g) (7), herbata czarna 220ml, pomidor 50g
Obiad: zupa grysikowa 350ml(1,9), ziemniaki 250g, bitka ze schabu duszona w sosie własnym 180g (1), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (10) mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Soczek owocowy 200 ml

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio pszenne 90g (1), polędwica miódowa 40g (6), herbata czarna 220 ml, papryka świeża 50 g

Posilek dodatkowy: Mus jabłkowy 100 ml

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 kukurydziana na mleku 350ml (7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 350ml (), masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kiełbasa krakowska 40g (6), serek tartare 1 szt (7), herbata czarna 220ml, pomidor 50g
Obiad: zupa grysikowa 350ml(1,9), ziemniaki 250g, schab gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), warzywa gotowane (marchewka, seler, pietruszka) 130 g (1,9), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) 220ml

Podwieczorek: Soczek owocowy 200 ml

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g (1), polędwica miódowa 40g (6), herbata czarna 220ml, sałata zielona 3 listki

Posilek dodatkowy: Mus jabłkowy 100 ml

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

Śniadanie: masło 82%20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g (1), Kiełbasa krakowska 40 g (6), serek tartare 1 szt (7), herbata czarna b/c 220 ml, pomidor 50g
Obiad: zupa grysikowa 350ml (1,9), ziemniaki 250g, schab gotowany 100g, sos koperkowy 100g (1), sałatka z fasolki szparagowej z musztardą 130g (10), mieszanka kompotowa (agrest, czarna porzeczka, malina, truskawka) 220ml

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio pszenne + graham 90g(1), szynka z indyka 40g (6), herbata czarna b/c 220ml, papryka świeża 50 g

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25 g(1), chleb graham 25g(1) Mus jabłkowy 100 ml, pomidor 50g, herbata czarna b/c 220 ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.01.2024 (poniedziałek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml(1), masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), serek delise 17g 1 szt. (7), ogórek zielony 50g, herbata owoce leśne 220 ml,
Obiad: zupa rosół z makaronem 350ml (1,3,9), ziemniaki got. 250 g, pierś z kurczaka gotowana 80g, sos koperkowy 100g(1), surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym 130g kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 90 g(1), kiełbasa szynkowa 40g (6) herbata czarna 220ml, pomidor 50g,

Posilek 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: płatki jęczmienne na mleku 350ml(1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml(1), masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka z indyka 40g (6), serek deliser 1 szt. 20g(7), pomidor 50g, herbata owoce leśne 220 ml,
Obiad: zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9), ziemniaki got. 250 g, pierś z kurczaka gotowana, sos koperkowy 100g(1), warzywa gotowane (marchew, pietruszka, seler)130g(1,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90 g(1,6), kiełbasa szynkowa 40g (6), mandarynka 1 szt. herbata czarna 220ml, ,

Posilek dodatkowy: mus brzoskwinowy 100g

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g (1), szynka z indyka 40g (6), serek deliser 40g (7), ogórek zielony 50g, WĄT-CUKRZ pomidor 50g, herbata owoce leśne b/c 220 ml,

Obiad: zupa rosół z makaronem 350ml (1,3,9), ziemniaki got. 250 g, pierś z kurczaka gotowana, sos koperkowy 100g(1), surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym 130g kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt

Kolacja: masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 75 g(1), chleb graham 25g (1), kiełbasa szynkowa 40g (6), herbata czarna b/c 220ml, pomidor 50g,

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82%(7), pieczywo żytnio-pszenne 25 g(1), chleb graham 25g(1), szynka konserwowa 40g (6), herbata czarna .b/c 220ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.01.2024 (wtorek)**DIETA PODSTAWOWA[1]**

Śniadanie: kasza kukurydziana na mleku 350ml (7), B/M- kasza kukurydziana na wodzie 350ml (), masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), miód naturalny 25g-1 szt, herbata malinowa 220ml, papryka świeża 50g,

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 350g(7,9), makaron 200g (1,3), gulasz węgierski z kiełbasą zwyczajną i ogórkiem kiszonym 300g (1,6), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), graham 25g(1), pasztet drobiowy 40g (1,6,7,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki -30g,

Posiłek dodatkowy: jogurt naturalny 150g(7)

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 kukurydziana na mleku 350ml(7), B/M-kasza kukurydziana na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), szynka tyrolska 40g (6), miód naturalny 25g 1 szt., herbata malinowa 220ml, pomidor 50g,

Obiad: zupa ryżowa 350g(9), ziemniaki got. 250g, mięso w jarzynach 150g (1,9), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasztet drobiowy 40g (1,6,7,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki 30g,

Posiłek dodatkowy: jogurt naturalny 150g (7)

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1)+chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), jajko gotowane 70g (3), WĄT-CUKRZ serek tartare 1 szt. (7) herbata malinowa b/c 220ml, pomidor 50g,

Obiad: zupa szpinakowa z ryżem 350g(1,7,9), makaron pełnoziarnisty 200g (1,3), gulasz węgierski z kiełbasą zwyczajną i ogórkiem kiszonym 300g (1,6), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g+graham 25g(1), pasztet drobiowy 40g (1,6,7,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 listki -30g,

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), jogurt naturalny 150g (7), sałata zielona 3 listki, herbata czarna bez cukru 220ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.01.2024 (środa)**DIETA PODSTAWOWA[1]**

Śniadanie: zacierka na mleku 350ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 350ml(1,3) masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g-1 szt, herbata czarna 220ml, pomidor 50g,

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 350g(1,7), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 150g (1), buraki zasmażane 130g (1,7), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne(1)75g+graham 25g(1), ser biały ze szczypiorkiem i śmietaną 70g(7), herbata czarna 220ml, rzodkiewka 3 szt.30g,

Posiłek dodatkowy: mus truskawkowy 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: zacierka na mleku 350ml (1,3,7), B/M- zacierka na wodzie 350ml(1,3) masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g-1 szt, herbata czarna 220ml, pomidor 50g,

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 350g(1,7), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 150g (1), buraki na ciepło 130g (1,7), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), ser biały z natką pietruszki i mlekiem 70g(7), herbata czarna 220ml, sałata 30g 3 listki,

Posiłek dodatkowy: mus truskawkowy 100g

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), serek deliser 1 szt.,(7) herbata czarna b/c 220ml, pomidor 50g,

Obiad: zupa jarzynowa z ziemniakami 350g(1,7), kasza jęczmienna 200g (1), gulasz wieprzowy 150g (1), buraki zasmażane 130g (1,7), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g+graham 25g(1), ser biały z natką pietruszki ze śmietaną(7), herbata czarna b/c 220ml, sałata 30g 3 listki,

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pasztet drobiowy 40g (1,6,7,9) pomidor 50g, herbata czarna b/c 220ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.01.2024 (czwartek)**DIETA PODSTAWOWA[1]**

Śniadanie: ryż na mleku 350ml (7), B/M- ryż na wodzie 350ml
masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g(7), herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g
Obiad: zupa pieczarkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), ziemniaki got. 250g, bitka wieprzowa ze schabu duszona, w sosie własnym 170 g (mięso 70g +sos 100g)(1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot z jabłek 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), salceson drobiowy 40g(6), herbata czarna 220ml, ogórek świeży 50g,

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: ryż na mleku 350ml (7), B/M- ryż na wodzie 350ml, masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski)75g (1,6), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser 1 szt.17g, herbata poziomkowa 220ml, pomidor 50g

Obiad: zupa koperkowa z makaronem 350g(1,7,9), ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3), sos jarzynowy (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9), kompot jabłkowy220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), salceson drobiowy 40g(6), ketchup łagodny 1 szt., herbata czarna 220 ml,

Posiłek dodatkowy: kefir naturalny 150g

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1)+chleb graham 25g(1), kielbasa szynkowa wieprzowa 40g (6), serek deliser ziołowy1 szt.17g, herbata poziomkowa b/c220ml, pomidor 50g

Obiad: zupa pieczarkowa z makaronem 350g(1,3,7,9), [WĄT-CUKRZ zupa koperkowa z makaronem 350g(1,7,9)], ziemniaki got. 250g, pulpet wieprzowy gotowany 80g(1,3), sos pomidorowy 100g (1), surówka z czerwonej kapusty 130g, [WĄT-CUKRZ sos warzywny (marchewka, seler, pietru.)100g (1,9)], kompot z jabłek 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g+graham 25g(1), salceson drobiowy 40g(6), herbata czarna b/c 220ml, ogórek świeży 50g, [WĄT-CUKRZ ketchup łagodny 1 szt.]

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb 25graham 25g (1), kefir naturalny 150ml, sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.01.2024 (piątek)**DIETA PODSTAWOWA[1]**

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), ser żółty salami 40g (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g

Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,7), kotlet smażony z dorsza 80g (1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g(1), chleb graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem70g(3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml,

Posiłek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)

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: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), miód 25g 1 szt., kawa zbożowa na mleku 220ml(1,7), pomidor 50g

Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml(1,3,7), ziemniaki got. 250g, pulpet gotowany z dorsza 80g (1,3,4), sos pietruszkowy 100g (1), marchew gotowana 130g (1), mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasta z jajek i sera białego z natką pietruszki 70g(3,7), B/M- jajko gotowane 2 szt (3), herbata czarna 220ml,

Posiłek dodatkowy: jogurt naturalny 150 ml(7)

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), serek deliser 34g, 2 szt. (7), kawa zbożowa b/c 220ml(1), pomidor 50g

Obiad: zupa wiejska z zacierką 350 ml, pulpet gotowany z dorsza 80g(1,3,4), surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 130g, mieszanka komp. (agrest, malina, truskawka, czarna porzeczka) 220ml

Podwieczorek: jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne75g, graham 25g(1), pasta z jajek i sera białego ze szczypiorkiem70g(3,7), herbata czarna b/c 220ml,

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g, chleb 25graham 25g (1), jogurt naturalny 150ml(7), sałata 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku 350ml (1,7)

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.01.2024 (sobota)**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.01.2024 (niedziela)**

DI

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza manna na mleku 350ml (1,7), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka konserwowa 40g (6), serek tartare 20g 1 szt., herbata owoce leśne 220ml, ogórek zielony 50g

Obiad: kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 350g(1), risotto mięsno-warzywne 300g(9) sos pomidorowy 100g (1), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), pasztet pieczony 40g(1,6), herbata czarna 220ml, ogórek kiszony 50g,

Posilek dodatkowy: mus brzoskwinowy 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 BOGATOBIĄŁKOWA [9]

(wysokobiałkowa)-porcja x 2

Śniadanie: kasza manna na mleku 350ml (1,7), B/M- kasza manna na wodzie 350ml, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 75g (1,6), szynka konserwowa 40g (6), serek tartare 20g 1 szt., herbata herbata owoce leśne 220ml, pomidor 50g

Obiad: zupa ziemniaczana 350g(1), risotto mięsno-warzywne 300g(9), sos pomidorowy 100g(1) kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), pasztet pieczony 40g(1,6), herbata czarna 220ml, sałat strzypiasta 30g 3 liście,

Posilek dodatkowy: mus brzoskwinowy 150g

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

WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio -pszenne 55g(1)+chleb graham 25g(1), szynka konserwowa 40g (6), serek tartare 20g 1 szt., herbata herbata owoce leśne 220ml, ogórek zielony 50g, WĄT-CUKRZ pomidor 50g

Obiad: kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 350g(1,3,7), [WĄT-CUKRZ zupa ziemniaczana 350g(1), risotto mięsno-warzywne 300g(9), sos pomidorowy 100g (1), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g+graham 25g(1), pasztet pieczony 40g(1,6), herbata czarna b/c 220ml, ogórek kiszony 50g, WĄT-CUKRZ sałata strzypiasta 3 listki

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio -pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200ml(7), pomidor 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g (1), szynka gotowana 40g(6) ser żółty salami 40g (7), B/M- szynka gotowana 60g (6), kakao z mlekiem 220ml(7), pomidor 50 g

Obiad: zupa rosół z makaronem 350ml (1,3,9), ziemniaki got. 250g, udko duszone 1 szt (1), sos pietruszkowy 100g(1), surówka z czerwonej kapusty 130g, kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), pierś pieczona z indyka 40g (6), herbata czarna 220 ml, ogórek kiszony 70g,

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200 ml

DIETY: ŁATWOSTRAWNA [2], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUB. POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (WRZODOWA) [4], ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)[3], DIETA ELIMINACYJNA-0 BEZMLECZNA [11], DIETA BOGATOBIĄŁKOWA [9] (wysokobiałkowa)-porcja x 2

Śniadanie: masło 82%20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 75g(1,6), szynka gotowana 40g(6) serek deliser 17g 1 szt.(7), B/M- szynka gotowana 60g (6), kawa zbożowa z mlekiem 220ml(1,7), pomidor 50 g,

Obiad: zupa grysikowa 350ml (1,3,9), ziemniaki got. 250g, udko gotowane 1 szt, sos pietruszkowy 100g(1), warzywa gotowane (marchew, seler, pietruszka) 130g(1), kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 100 ml

Kolacja: masło 82%20g (7), pieczywo pszenne 90g (1,6), pierś pieczona z indyka 40g (6), herbata czarna 220 ml,

Posilek dodatkowy: soczek owocowy 200 ml

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW [6] (CUKRZYCOWA) i WĄTROBOWO-CUKRZYCOWA

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio pszenne 55g, chleb graham 25g(1), szynka gotowana 40g(6) serek deliser 17g 1 szt.(7), B/M- szynka gotowana 60g (6), kawa zbożowa b/c 220ml, pomidor 50 g

Obiad: zupa grysikowa 350ml (1,9), ziemniaki got. 250g, udko gotowane 1 szt, sos pietruszkowy 100g(1), surówka z czerwonej kapusty 130g, WĄT-CUKRZ warzywa gotowane (marchew, seler, pietruszka) 130g (1,9)], kompot truskawkowy 220 ml

Podwieczorek: mandarynka 1 szt.

Kolacja: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 90g(1), pierś pieczona z indyka 40g (6), herbata czarna 220 ml,

Kolacja II: CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82%5g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), serek tartare 20g (7). pomidor 40g, B/M – pomidor 50g, herbata czarna b/c 220 ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.01.2023 (poniedziałek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: kasza jaglana na mleku 350ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt., herbata czarna 220ml, papryka świeża 50g

Obiad: zupa krupnik 350g(1,9), kotlety ziemniaczane 2 szt (1,3), kapusta po litewsku duszona 130g (1,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), mortadela 40g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 liście

Posiłek dodatkowy: jogurt 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: kasza jaglana na mleku 350ml (7), B/M- kasza jaglana na wodzie 350ml, masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 75g (1,6), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 25g 1 szt. pomidor 50g, herbata czarna 220ml,

Obiad: zupa krupnik 350g(1,9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 150g (1), puree z selera 130g (1,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo pszenne 90g(1,6), mortadela 40g (6), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 liście

Posiłek dodatkowy: jogurt naturalny 150g

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), polędwica miodowa (drobiowa) 40g (6), serek tartare 20g 1 szt.(7), herbata czarna 220ml, papryka świeża 50g, [WĄT-CUKRZ pomidor 50g]

Obiad: zupa krupnik 350g(1,9), ziemniaki got. 250g, sos mięsny 150g (1), puree z selera 130g (1,9), kompot z czarnej porzeczki 220 ml

Podwieczorek: kiwi 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g, graham 25g(1), mortadela 40g (6) herbata czarna b/c 220ml, sałata strzępiasta 30g 3 listki

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), pasztet drobiowy 40g (1,6, 7,9) pomidor 30g, herbata czarna bez cukru 220ml

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.01.2023 (wtorek)

DIETA PODSTAWOWA[1]

Śniadanie: płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt., B/Mszynka tyrolska 40g, herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 350g(1), łazanki z kapustą białą (1,3,6) 350g, kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9) herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 3 liście

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: płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,7), B/M- płatki jęczmienne na wodzie 350ml masło 82%20g(7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 75g (1,6), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt., herbata truskawkowa 220ml, pomidor 50g

Obiad: Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1), makaron z jabłkiem 350g(1,3), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: banan 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g(1), chleb graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g(3,4,9), herbata czarna 220ml, sałata strz30g

Posiłek dodatkowy: mus brzoskwinowy 150g

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

Śniadanie: masło 82%20g(7), pieczywo żytnio-pszenne 55g(1), chleb graham 25g(1), szynka tyrolska 40g (6), serek tartare 20g1 szt.(7), B/M szynka tyrolska 60g (6), herbata truskawkowa b/c 220ml, pomidor 50g

Obiad: Zupa barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami 350g(1), łazanki z kapustą białą 350g (1,3,6),

WĄT-CUKRZ barszcz czerwony z ziemniakami 350g(1), makaron z serem białym 350g(1,3), kompot wiśniowy 220 ml

Podwieczorek: Jabłko 1 szt.

Kolacja: masło 82% 20g (7), pieczywo żytnio-pszenne 75g+graham 25g(1), pasta z ryżu ryby gotowanej dorsz i warzyw po grecku 70g (3,4,9), herbata czarna 220ml, sałata strzępiasta 30g

II Kolacja CUKRZ i WĄT-CUKRZ: masło 82% 5g(7), pieczywo żytnio-pszenne 25g(1), chleb graham 25g (1), serek wiejski 200g, pomidor 30g, B/M pomidor 50 g, 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

Legenda alergenów: 1. Gluten. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne.

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.

Opracowanie: Dietetyk, Starszy Referent Działu Żywnienia

Zatwierdził: Kierownik Działu Żywnienia