

Jadłospis dekadowy 18-10-2023 do 27-10-2023

data	śniadanie	II śniadanie	obiad	podwieczorek	kolacja	Wartości odżywcze
18-10-23 Środa	Ryż na mleku 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g) masło 16g schab pieczony 50g, sałata 30g , papryka czerwona 50g alergeny:1.7		Zupa fasolowa 300ml,kotlet mielony 100g , ziemniaki 250g ,sur. z marchwi i jabłka 120g , kompot250ml. alergeny:1,3,7,9		Herbata 250ml, pieczywo(chleb60g, bułka 50g) , masło 16g , szynka wędzona 50g , pomidor50g alergeny:1.7	Energia 2331 kcal, białko-80g w tym zwierzęce55g, tłuszcze-81g, NNKT-20g, węglowodany-335g, błonnik-30g, Wit A-2204 mg, Wit C-127mg
Diety/ łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	Jak wyżej , schab pieczony, sałata	jabłko	Zupa grysikowa, pulpet w sosie , ziemniaki ,sur z marchwi i jabłka, kompot	Sok pomid-1szt Sok owocowy- 1szt dzieci	J/w szynka wędzona 50g , pomidor50g	
19-10-23 Czwartek	Płatki owsiane na mleku 300ml,kakao 250 ml, pieczywo (chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, szynka gotowana 50g,ogórek korniszon50g ,sałata 30g alergeny:1.7		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml , zraz wieprzowy w sosie własnym 100g,kasza jęczmienna 150g, fasolka szparagowa 120g ,kompot 250ml alergeny:1,3 ,4,7,9,		Herbata 250ml, pieczywo (chleb 60g, bułka 50g)masło 16g, , wędlina drobiowa 50g ,sałata 30g ,papryka żółta 50g alergeny:1.7.3.4	Energia 2282kcal, białko 934 g(zwierz- 52g), tłuszcze-77g, NNKT-20G, węglowodany-318g, błonnik-31g, Wit A-1758mg, wita C -240mg
Diety/ łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	j/w , szynka gotowana 50g ,sałata	Budyń	Zupa pomidorowa z makaronem, potrawka wieprzowa , kasza jęczmienna ,fasolka z wody, kompot	Jogurt - 1 szt. ped./owocowy	Jak wyżej, wędlina drobiowa 50g ,sałata 30g	

20-10-23 Piątek	Makaron na mleku 300ml, kawa biała 250ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, pasta z tuńczyka 70g, ogórek kiszony alergeny: 1.7		Zupa grochowa 300ml, filet rybny smażony, ziemniaki 250g sur. z kapusty pekińskiej z papryką 120g, kompot 250ml alergeny: 1,3,6,9		Herbata 250ml, pieczywo (chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, ser topiony 60g, pomidor 50g, jabłko alergeny: 1.7	Energia 2470 kcal, białko-86g (zwierzęce 50g) tłuszcz-86g, NNKT-20g, węglowodany-327g, błonnik-32g, Wit A-1758 mg, Wit C-93mg
Diety / łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	Jak wyżej, sałata	kanapka	Zupa owsiankowa , pulpet rybny w sosie, ziemniaki, sur. z kapusty pekińskiej b/papryki , kompot 250ml	kisiel	Jak wyżej, twarożek z jogurtem 60g, pomidor 50g, jabłko, diet/bezm szynka drobiowa 50g, pomidor 50g	
21-10-23 Sobota	Kasza manna na mleku 300ml, kawa z mlekiem-250ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, parówki 2 szt, keczup, sałata 30g, , alergeny: 1.7.3		Zupa ogórkowa 300 ml, kotlet pożarski 100g, ziemniaki 250g, sałata z olejem 120g , kompot 250ml alergeny: 1,7,9,		Herbata 250ml, pieczywo (chleb 60g, bułka-50g), masło 16g, polędwica wiśniowa 50g, sałata 30g, , alergeny: 1.	Energia 2260 kcal, białko- 80g (zwierzęce 52g) tłuszcz- 85g, NNKT- 26g, węglowodany-343g, błonnik- 33g, Wit A- 1014 mg, Wit C- 111mg
Diety/ łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	j/w, bez/ keczupu	Sok pomidorowy/ ped. sok owocowy	Zupa zacierkowa 300ml, pulpet drobiowy w sosie, ziemniaki, sałata z olejem , kompot	jabłko	j/w, polędwica wiśniowa, sałata 30g	

22-10-23 Niedziela	Zacierka na mleku 300ml, kakao 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 30g), masło 16 g, ser żółty 40g, dżem 30g, banan, sałata 30g alergeny:1.7.10		Zupa żurek 300ml , kotlet deVolaj 100g , ziemniaki 250 g , marchewka z groszkiem 120g , kompot 250ml, alergeny:1,3,7,9,6		Herbata 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, , pasztet drobiowy 60g , papryka czerwona 50g alergeny:1.7	Energia 2096 kcal, białko- 80g (zwierzęce 48g) tłuszcz- 74g, NNKT- 21g, węglowodany- 400g, błonnik- 34g, Wit A- 2080 mg, Wit C- 117mg
Diety/ łatwostrawna d. cukrzycowa d. bezmleczna	Jak wyżej, ser biały 60g, dżem 30g, banan, diet/ cuk ser biały 80g, pomidor, diet/ bezm wędlna	Jabłko	Zupa ryżanka, pierś gotowana w sosie, ziemniaki, marchewka opruszana, kompot	Jogurt naturalny owocowy	J/w sałata	
23-10-23 Poniedziałek	Kasza jęczmienna na mleku, 300ml, herbata 250ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło 16g, szynka gotowana 50g, ogórek korniszon 50g, sałata 30g alergeny:1.7		Zupa jarzynowa 300ml, gulasz mięsny 200 ml, makaron 150g, sałatka z ogórka kiszzonego 120g, kompot 250ml alergeny:1,3,9,7		Herbata 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g) masło 16g, twarożek z cynamonem 60g, jabłko pieczone, , alergeny:1.7	Energia 2238 kcal, białko- 80g (zwierzęce 47g) tłuszcz- 71g, NNKT- 20g, węglowodany- 344g, błonnik- 29g, Wit A- 3579 mg, Wit C- 121mg
Diety/ łatwostrawna d. cukrzycowa d. bezmleczna d. wątrobowa	Jak wyżej, sałata	kisiel	Zupa jarzynowa, gulasz mięsny, makaron, buraczki na ciepło kompot	budyń	Jak wyżej, diet/ bezm wędlna, jabłko pieczone	
24-10-23 Wtorek	Ryż na mleku 300ml, kawa biała 250ml, pieczywo mieszane (chleb		Rosół z makaronem 300 ml, , pulpet siekany z kapustą 150ml w sosie pomidorowym, ziemniaki		Herbata 250 ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło 16 g,	Energia 2371 kcal, białko- 83g (zwierzęce 51g) tłuszcz- 74g,

	60g, bułka 50g), masło 16g, , salami 50g, sałata 30g alergeny:1.7.10		250g surówka z selera 120g ,kompot 250 ml ,alergeny:1,3, 9		szynka konserwowa 50g, jabłko ,sałata 30g ,alergeny:1.7	NNKT- 21g, węglowodany- 353g, błonnik- 31g, Wit A- 2080 mg, Wit C- 107mg
Diety/ łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	j/w ,szynka z indyka , sałata	Sok	Zupa rosół ,pulpet w sosie pomidorowym ,ziemniaki 250g ,sałata z olejem120g ,kompot 250 ml ,alergeny:1,3, 9	chrupki	Jak wyżej ,	
25-10-23 Środa	Płatki owsiane na mleku 300ml, kakao na mleku 250ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło16 g , kiełbasa krakowska podsuszana 50g , sałatka jarzynowa 70g alergeny:1.7		Barszcz czerwony 300ml kotlet schabowy 100g ,ziemniaki 250g ,kapusta zasmażana 120g,kompot 250ml , alergeny:1,7,6,3,9		Herbata 250ml, pieczywo mieszane (chleb 60g, bułka 50g), masło16 g , twarożek ze szczypiorem 60g , sałata 30g alergeny:1.7	Energia 2394 kcal, białko- 86g (zwierzęce 53g) tłuszcz- 71g, NNKT- 20g, węglowodany- 344g, błonnik- 29g, Wit A- 3579 mg, Wit C- 121mg
Diety łatwostrawna d. bezmleczna d. wątrobowa	Jak wyżej kiełbasa kanapkowa ,	, kanapka/ped rogal	Zupa barszcz czerwony 300ml schab gotowany w sosie ,ziemniaki , marchewka z wody, kompot	jogurt	Jak wyżej , twarożek ze szczypiorem ,diet/bezm szynka gotowana 50g , sałata	
26-10-23 Czwartek	Kasza manna na mleku 300ml, herbata z cytryną 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g), masło 16g,		Zupa ogonowa 300 ml , antrykot z piersi kurczaka 100g , ryż 150g, sur. jesienna 120g,kompot250ml ,alergeny:1,4,7,9,6		Herbata 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g) , masło 16g , kiełbasa kanapkowa 50g , sałata30g , jabłko	Energia 2232 kcal, białko- 93g (zwierzęce 48g) tłuszcz- 74g, NNKT- 19g, węglowodany-

	połudwica sopocka 50g,sałata 30g ,banan alergeny:1.7.				alergeny:1.7	343g, błonnik- 30g, Wit A- 1189 mg, Wit C- 84mg
Dieta łatwostrawna d.cukrzycowa d.bezmleczna	Jak wyżej ,	Banan , cuk/kanapka	Zupa grysikowa ,pierś z kurczaka w sosie, ryż , marchewka z wody, kompot	chrupki	Jak wyżej, jabłko pieczone	
27-10- 23 Piątek	Zacierka na mleku 300ml, kawa z mlekiem 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g) , masło16 g, pasta jajeczna ze szczypiorem 70g ,sałata 30g , alergeny:1.7		Zupa fasolowa 300 ml ,naleśniki z serem 2 szt , śmietanka z owocami 150g,kompot250ml alergeny :1,,9,3,10		Herbata 250ml, pieczywo mieszane(chleb 60g, bułka 50g), masło 16g ser biały 80g , arbuż 100g , sałata 20g, alergeny:1.7	Energia 2310kcal, białko- 86g (zwierzęce 59g) tłuszcze- 88g, NNKT- 26g, węglowodany- 313g, błonnik- 34g, Wit A- 1256 mg, Wit C- 113mg
Diety/ łatwostrawna d.cukrzycowa D,bezmleczna	Jak / wyżej,	jabłko	Zupa krupnik naleśniki z serem 2szt , polewa jogurtowo- owocowa (diet/cuk bez cukru) ,diet/bezm potrawka drobiowa , ziemniaki , sałata z olejem, kompot	Sok 1szt	Jak wyżej , ser biały 80g , arbuż 100g , sałata, diet/ bezm wędlina , sałata , jabłko pieczone	

* w uzasadnionych przypadkach jadłospis może ulec zmianie

Dieta bezmleczna -Zupa (ryż, kasza .manna na bulionie) na śniadanie i kolację na każdy oddział według zamówienia

Dieta bezmleczna -bez masła i nabiału , do śniadania herbata

d.cukrzycowa-5 posiłki dziennie(śniadanie, II śniadanie ,obiad, podwieczorek, kolacja) , herbata do śniadania

d.cukrzycowa insulinowa +posiłek nocny (kanapka do kolacji)

Alergeny;1 -(zboża zawierające gluten ;pszenica ,żyto ,jęczmień, owies oraz produkty pochodzące) 2 -skorupiaki i pochodne3-jaja i pochodne 4-ryby i pochodne 5-orzeszki ziemne(arachidowe) i pochodne 6- soja i pochodne 7- mleko i pochodne(laktoza) 8-orzechy(wszystkie pozostałe) 9-seler i pochodne 10-gorczyca i pochodne 11-sezam i pochodne 12-dwutlenek siarki w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/l w przeliczeniu na SO₂ 13-łubin i pochodne