

## Jadłospisy w dniu 2023-12-02 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2023-12-02 sobota	Podstawowa	Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) pieczywo mieszane 120g 120 g ( <b>GLU</b> ) Parówka wieprzowa WINERKA 70 g Ketchup 15 g		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Pieczeń wieprzowa w sosie 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ziemniaki 250 g Herbata owocowa 250 ml Marchew z groszkiem 130 g ( <b>GLU, MLE</b> )		Serek truskawkowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kawa ml/pieczywo/masło roślin/norma 350 g ( <b>GLU, MLE</b> )	sok pomidorowy 150ml 300 ml	<b>Energia [kcal] 2 335,5</b> <b>Białko ogółem [g] 84,1</b> <b>Tłuszcz [g] 90,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 318</b> kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 72,7 <b>Błonnik pokarmowy [g] 24,5</b>
	Lekkostrawna	Herbata pieczywo masło roślin. /dieta/115g 350 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówka wieprzowa WINERKA 70 g		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 130 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ziemniaki 250 g Herbata owocowa 250 ml Sos pietruszkowy 150 ml ( <b>GLU, SEL</b> )		Serek truskawkowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kawa ml/pieczywo/masło roślin/dieta 350 g ( <b>GLU, MLE</b> )	sok pomidorowy 150ml 300 ml	<b>Energia [kcal] 2 305,3</b> <b>Białko ogółem [g] 93,6</b> <b>Tłuszcz [g] 78,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 323,7</b> kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 84,1 <b>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</b>
	Cukrzycowa 6	Herbata pieczywo masło roślin. cukrzyce 350 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ser topiony 33 g ( <b>MLE</b> ) pomidory 40 g	Paszтет drobiowy 25 g ( <b>GLU</b> ) Chleb żytni 30 g ( <b>GLU</b> )	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Filet drobiowy gotowany 70 g Ziemniaki 250 g Herbata owocowa b/cukru 250 ml Zestaw Przypraw 5 g Marchew z groszkiem 130 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Budyń bez cukru 150 ml ( <b>MLE</b> )	Herbata pieczywo masło roślin. cukrzyce 350 g ( <b>GLU, MLE</b> ) ogórki kiszane 40 g Kiełbasa drobiowa 40 g ( <b>SOJ</b> )	sok pomidorowy 150ml 300 ml	<b>Energia [kcal] 1 659,6</b> <b>Białko ogółem [g] 80</b> <b>Tłuszcz [g] 48,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 248,2</b> kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1 suma cukrów prostych [g] 21,5 <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,4</b>
	Dziecięca	Herbata pieczywo masło dzieci 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Makaron na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówka wieprzowa WINERKA 70 g	Herbata pieczywo masło dzieci 300 g ( <b>GLU, MLE</b> ) dżem 25 g	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Filet drobiowy gotowany 70 g Marchew z groszkiem 130 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Ziemniaki 250 g Herbata owocowa 250 ml Sos pietruszkowy 150 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	Budyń słodzony 150 ml ( <b>MLE</b> )	Serek truskawkowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kawa ml/pieczywo/masło roślin/dzieci 350 g ( <b>GLU, MLE</b> )	sok pomidorowy 150ml 150 ml	<b>Energia [kcal] 2 802,2</b> <b>Białko ogółem [g] 100,2</b> <b>Tłuszcz [g] 96,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 399,7</b> kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 141,7 <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,6</b>

**Oznaczenia alergenów:**

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,