Jadłospisy w dniu 2025-09-18 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn
2025-09-18 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Szynka wędzona 30 g (***SOJ***) Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (***MLE***) Pomidory 50 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz wieprzowy 200 g (***GLU, MLE***) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150 g (***GLU, MLE***)		Chleb pszenno żytni 110 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Ser topiony 30 g (***MLE***) Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) Pomidory 50 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Twaróg ze śmietaną 70 g (***MLE***) Szynka wędzona 30 g (***SOJ***) Pomidory 50 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (***GLU, MLE, SEL***) Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150 g (***GLU, MLE***) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***) Pomidory 50 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Twarożek z jogurtem 50 g (***MLE***) Szynka wędzona 30 g (***SOJ***) Pomidory 50 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (***GLU, MLE, SEL***) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Filet drobiowy gotowany 70 g Pomidory 50 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Filet drobiowy gotowany 70 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata b/cukru 250 ml		Koperkowa z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (***GLU, MLE, SEL***) Marchewka oprószana 150 g (***GLU, MLE***) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Herbata b/cukru 250 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) ser biały półtłusty 50 g (***MLE***) Bułka Kielecka 80 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2025-09-18 KUCHNIA OGÓLNA

2025-09-18 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Szynka wędzona 40 g (***SOJ***) Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (***MLE***) Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (***GLU, MLE, SEL***) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU, MLE***) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml		Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Ser topiony 45 g (***MLE***) Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 70 g (***MLE***) Szynka wędzona 40 g (***SOJ***) Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Wafle ryżowe 30 g Herbata b/cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany 200 g (***GLU, MLE, SEL***) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU, MLE***) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Jabłka 120 g	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Ser topiony 45 g (***MLE***) Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) Pomidory 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta płynna	Kleik z kaszy manny 350 ml (***GLU***) Herbata b/cukru 250 ml		Kleik ryżowy 350 ml (***GLU***) Herbata b/cukru 250 ml		Herbata b/cukru 250 ml Kleik z płatków owsianych 350 ml (***GLU***)	
	Dieta płynna wzmocniona	ser biały półtłusty 70 g (***MLE***) Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) masło 82% 12,5 g (***MLE***)		Koperkowa z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Mięso gulaszowe kurcz. 90 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami-d.płynna 450 g (***GLU, MLE, SEL***) Udko gotowane 120 g masło 82% 10 g (***MLE***)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) twarożek zmiksowany 40 g (***MLE***) Szynka wędzona 30 g (***SOJ***) Pomidory 50 g Ryż na mleku dzieci 250 ml (***MLE***)	Herbata z cytryną 250 ml biszkopty 20 g (***GLU***)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Gulasz drobiowy gotowany dzieci 200 g (***MLE, SEL***) Kasza jęczmienna na sypko 120 g (***GLU, MLE***) Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150 g (***MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	jabłka 100 g	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) sałata 20 g Pomidory 50 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (***GLU, MLE***) Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***)	Przekąska jogurt + zboża 1 szt (***GLU, MLE***)

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone