

JADŁOSPIS OD 21.02.2024 roku do 25.02.2024 r. Dieta podstawowa (1)

21.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Kasza manna na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), dżem jagodowy 25g, serek almette 30g (7), banan 160g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Barszcz czerwony z chlebem 300g (1,7,9), jajko *sadzzone* 50g (3,7), ziemniaki 200g (7), fasolka szparagowa 100g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex.10g (7), twarożek śmietankowy 100g (7), ogórek kiszony 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt pitny 250g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2204	346	109	83	59	26	28	5,9

22.02.2024 rok SOBOTA

śniad. Kasza kukurydziana na mleku 300ml (7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10 g (7), ser żółty 50g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7)

Obiad. Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (1,7,9), wątróbka *duszona* z cebulką 100g (7), ziemniaki (7), surówka z skosztuj zdrowia 100g (3,10), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), galaretko drobiowo- warzywna na miksie sałat 200g (9), herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Kaszka manna z owocami 150g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2283	297	75	116	77	32	27	3,5

23.02.2024 rok NIEDZIELA

śniad. Płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), pasta z suszonymi pomidorami na liściu szpinaku 100g (7), mandarynka 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa brokułowa z makaronem 300 ml (1,7,9), kotlet mielony *smażony* 110g (1,3), ziemniaki 200g (7), buraczki tarte 100g, kompot 200ml.

kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10 g (7), szynka 50g (6), sałatka bawarska 100g (3,10), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Gratka truskawkowa 170g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2251	315	85	96	73	27	29	5,8

24.02.2024 rok PONIEDZIAŁEK

śniad. Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), chałka 100g (1,3,6), marmolada wieloowocowa 50g, jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g (7), masło roślin. 15g (7), kawa z mlekiem 300ml (1,7)

Obiad. Zupa ziemniaczana 300ml (1,7,9), Kaszotto *gotowane* z sosem pieczarkowym 250g (1,7,9), surówka z czerwonej kapusty 100g (3,10), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), parówki 120g (1,6,7,9), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Bakuś kieszonka 80g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2912	375	94	104	116	42	34	6,6

25.02.2024 WTOREK

śniad. Kasza manna na mleku 300 ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), szynka 50g, gruszka 160g, masło roślin. 10 g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Zupa pomidorowa z tartym ciastem 300ml (1,3,7,9), kotlet schabowy *smażony* 110g (1,3), ziemniaki 200g (7), sałata lodowa 30g (7), kompot 200ml

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10 g (7), twarożek z makrelą na liściu sałaty 110g (4,7), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Sok przecierowy 330g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2556	334	69	98	99	25	31	6,2

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech włoski, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni

JADŁOSPIS OD 26.02.2024 roku do 28.02.2024 r.

Dieta podstawowa (1)

26.02.2024 ŚRODA

śniad. Kasza jaglana na mleku 300ml (7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), miód 25g, serek almette 30g (7), banan 140g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Rosół z makaronem 300ml (1,9), udko *pieczone* 180 g, ziemniaki 200g (7), marchewka na ciepło (1,7), kompot 200ml

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), ser żółty 50g (7), papryka czerwona 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt owocowy 150g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2654	348	120	113	96	44	29	5,2

27.02.2024 CZWARTEK

śniad. Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), pasztet pieczony 80g (6,7), pomidor 100g, kiwi 80g, masło roślin.10g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (1,7,9), fasolka po bretońsku *gotowana* 200g (1,6,7,9), ziemniaki 200g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), szynka 50 g (1,6,7), sałatka makaronowa z brokułem 100g (1,3,10), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Serek puszysty 90g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2757	340	92	122	105	35	28	9,4

28.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Ryż na mleku 300 ml (7), bułka maślana 100g (1,3,6), masło roślin. 10g (7), serek waniliowy 150g (7), powidło śliwkowe 25g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Żurek z chlebem 300g (1,7,9), ryba po włosku *smażona* 130g (1,3,4), ziemniaki 200g (7), surówka z kiszanej kapusty 100g, kompot 200 ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex.10g (7), jajko w sosie tatarskim na liściu sałaty 90 g (3,7), ogórek świeży 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Mus owocowo-warzywny 100g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
3010	361	107	102	131	44	26	5,5

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: 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.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni

JADŁOSPIS OD 21.02.2024 roku do 25.02.2024 r. Dieta łatwostrawna (2)

21.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Kasza manna na mleku 300ml (1,7), chleb pszenny 100g (1), masło roślin. 10g (7), dżem jagodowy 25g, serek almette 30g (7), banan 160g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Barszcz czerwony z chlebem 300g (1,7,9), ryba po grecku *pieczona* 170g (4,7,9), ziemniaki 200g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10g (7), twaróg śmietankowy 100g (7), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt pitny 250g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2254	352	110	101	52	25	21	15

22.02.2024 rok SOBOTA

śniad. Kasza kukurydziana na mleku 300ml (7), chleb pszenny 100g (1), masło roślin. 10 g (7), szynka 50g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7)

Obiad. Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (1,7,9), wołowina *duszona* z jarzynami 100g (7,9), ziemniaki (7), sałata zielona 30g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10g (7), galaretka drobiowo-warzywna na miksie sałat 200g (9), herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Kaszka manna z owocami 150g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2046	285	75	105	58	25	23	4,3

23.02.2024 rok NIEDZIELA

śniad. Płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,7), chleb pszenny 100g (1), masło roślin. 10g (7), pasta z suszonymi pomidorami na liściu szpinaku 100g (7), mus owocowy 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa brokułowa z makaronem 300 ml (1,7,9), bitka drobiowa *pieczona* 110g (1,7,9), ziemniaki 200g (7), buraczki tarte 100g, kompot 200ml.

kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10 g (7), szynka 50g (6), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Gratka truskawkowa 170g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2113	325	90	106	49	24	30	4,9

24.02.2024 rok PONIEDZIAŁEK

śniad. Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), chałka 100g (1,3,6), marmolada wieloowocowa 50g, jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g (7), masło roślin. 10g (7), kawa z mlekiem 300ml (1,7)

Obiad. Zupa ziemniaczana 300ml (1,7,9), risotto *gotowane* z sosem pomidorowym 250g (1,7,9), kompot 200ml.

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10g (7), parówki 120g (1,6,7,9), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Bakuś kieszonka 80g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2556	358	92	84	91	34	20	5,4

25.02.2024 WTOREK

śniad. Kasza manna na mleku 300 ml (1,7), chleb pszenny 100g (1), szynka 50g, jabłko 160g, masło roślin. 10 g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Zupa pomidorowa z tartym ciastem 300ml (1,3,7,9), zraziki w sosie koperkowym *pieczone* 110g (1,3,7), ziemniaki 200g (7), sałata lodowa 30g (7), kompot 200ml

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10 g (7), twaróg z koperkiem na liściu sałaty 100g (7), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Sok przecierowy 330g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2030	320	88	83	51	23	23	5,9

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowic, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni

JADŁOSPIS OD 26.02.2024 roku do 28.02.2024 r.
Dieta łatwostrawna (2)

26.02.2024 ŚRODA

śniad. Kasza jaglana na mleku 300ml (7), chleb pszenny 100g (1), masło roślin. 10g (7), miód 25g, serek almette 30g (7), banan 140g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Rosół z makaronem 300ml (1,9), udko *duszone* 180 g (1,7), ziemniaki 200g (7), marchewka na ciepło (1,7), kompot 200ml

Kolac. Chleb pszenny 100g (1) masło ex. 10g (7), szynka 50g (7), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt owocowy 150g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2559	352	118	107	86	38	25	5,2

27.02.2024 CZWARTEK

śniad. Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), chleb pszenny 100g (1), szynka 50g (6,7), pomidor 100g, jabłko 150g, masło roślin. 10g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (1,7,9), gulasz z indyka *gotowany* 90g (1,7), ziemniaki 200g (7), sałatka z buraczków 100g, kompot 200ml.

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10g (7), szynka 50 g (1,6,7), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Serek puszysty 90g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2101	315	113	99	54	25	24,5	9,4

28.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Ryż na mleku 300 ml (7), bułka maślana 100g (1,3), masło roślin. 10g (7), serek waniliowy 150g (7), dżem truskawkowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Żurek z chlebem 300g (1,7,9), pierogi leniwe gotowane 200g (1,3,7), surówka z marchewki 100g (7), kompot 200 ml.

Kolac. Chleb pszenny 100g (1), masło ex. 10g (7), fromage 100 g (7), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Mus owocowo-warzywny 100g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2744	408	116	106	83	37	36	3,8

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: 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.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni

JADŁOSPIS OD 21.02.2024 roku do 25.02.2024 r.
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
(cukrzycowa) (6)

21.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Kasza manna na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), pasta z jajka na liściu sałaty 100g (3,7), banan 160g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Barszcz czerwony z chlebem 300g (1,7,9), ryba po grecku *pieczona* 170g (4,7,9), ziemniaki 200g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex.10g (7), twarożek śmietankowy 100g (7), ogórek kiszony 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt pitny bez cukru 250g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2273	312	76	121	63	30	24	16

22.02.2024 rok SOBOTA

śniad. Kasza kukurydziana na mleku 300ml (7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10 g (7), ser żółty 50g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7)

Obiad. Zupa ogórkowa z ryżem 300ml (1,7,9), wołowina *duszona* z jarzynami 100g (7,9), ziemniaki (7), sałata zielona 30g (7), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), galaretko drobiowo-warzywna na miksie sałat 200g, herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Skyr z owocami bez cukru 140g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
1965	242	49	125	60	27	25	4,6

23.02.2024 rok NIEDZIELA

śniad. Płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), pasta z suszonymi pomidorami na liściu szpinaku 100g (7), mandarynka 100g, kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa brokułowa z makaronem 300 ml (1,7,9), bitka drobiowa *pieczona* 110g (1,7,9), ziemniaki 200g (7), buraczki tarte 100g, kompot 200ml.

kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10 g (7), szynka 50g (6), sałatka bawarska 100g (3,10), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt naturalny 200g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2246	297	81	113	74	27	32	5,3

24.02.2024 rok PONIEDZIAŁEK

śniad. Zacierka na mleku 300 ml (1,3,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), pasztet pieczony 80g (1,6,7), pomidor 100g, jogurt owocowy bez dodatku cukru 150g (7), masło roślin. 10g (7), kawa z mlekiem 300ml (1,7)

Obiad. Zupa ziemniaczana 300ml (1,7,9), risotto *gotowane* z sosem pomidorowym 250g (1,7,9), kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), parówki 120g (1,6,7,9), pomidor 100g, herbata z cytryną 200ml.

II Kolac. Mus warzywno-owocowy 100g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2153	240	49	89	96	37	23	6

25.02.2024 WTOREK

śniad. Kasza manna na mleku 300 ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), szynka 50g, gruszka 160g, masło roślin. 10 g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Zupa pomidorowa z tartym ciastem 300ml (1,3,7,9), zraziki w sosie koperkowym *pieczone* 110g (1,3,7), ziemniaki 200g (7), sałata lodowa 30g (7), kompot 200ml

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10 g (7), twarożek z makrelą na liściu sałaty 110g (4,7), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Sok warzywno-owocowy 210g, wafle ryżowe 10g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2057	294	85	102	58	27	28	6

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: 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.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni

JADŁOSPIS OD 26.02.2024 roku do 28.02.2024 r.

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
(cukrzycowa) (6)

26.02.2024 ŚRODA

śniad. Kasza jaglana na mleku 300ml (7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), ser topiony 17 g, serek almette 30g (7), banan 140g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7).

Obiad. Rosół z makaronem 300ml (1,9), udko *duszone* 180 g (1,7), ziemniaki 200g (7), marchewka na ciepło (1,7), kompot 200ml

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), ser żółty 50g (7), papryka czerwona 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogurt pitny bez dodatku cukru 250g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2647	299	85	145	103	48	28	5,8

27.02.2024 CZWARTEK

śniad. Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), pasztet pieczony 80g (6,7), pomidor 100g, kiwi 80g, masło roślin. 10g (7), kawa zbożowa z mlekiem 200 ml (1,7).

Obiad. Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (1,7,9), gulasz z indyka *gotowany* 90g (1,7), ziemniaki 200g (7), sałatka z buraczków 100g, kompot 200ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), szynka 50 g (1,6,7), sałatka makaronowa z brokułem 100g (1,3,10), ogórek konserwowy 100g (10), herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Jogobella bez cukru 150g (7)

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2259	293	68	115	74	25	30	10

28.02.2024 rok PIĄTEK

śniad. Ryż na mleku 300 ml (7), chleb pszenno-żytni 100g (1,6,11), masło roślin. 10g (7), ser żółty 50g (7), mandarynka 80g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml (1,7)

Obiad. Żurek z chlebem 300g (1,7,9), pierogi leniwe gotowane 200g (1,3,7), surówka z marchewki 100g (7), kompot 200 ml.

Kolac. Chleb razowy 100g (1,6), masło ex. 10g (7), jajko w sosie tatarskim na liściu sałaty 90 g (3,7), ogórek świeży 100g, herbata z cytryną 200ml

II Kolac. Mus owocowo-warzywny 100g

Wartość energetyczna [kcal]	Węglowodany [g]	Cukry [g]	Białka [g]	Tłuszcze [g]	NKT [g]	Błonnik [g]	Sól [g]
2599	321	78	93	113	42	41	5,4

UWAGA: 1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: 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.

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

2 Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa.

3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u Kierownika Kuchni