

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	ryż na mleku 300ml (ryż biały, mleko) pieczywo mieszane 100g (gluten) masło 15g (mleko) pierś z kurczaka 50g serek topiony 30g (mleko, gluten) papryka czerwona 50g Herbata czarna 200ml	ryż na mleku 300ml (ryż biały, mleko) pieczywo jasne 100g (gluten) masło 15g (mleko) pierś z kurczaka 50g połędwica sopocka 30g sałata z pomidorem 50g Herbata czarna 200ml	ryż na mleku 300ml (ryż biały, mleko) pieczywo pełnoziarniste 100g (gluten) masło 15g (mleko) pierś z kurczaka 50g serek topiony 30g (mleko, gluten) papryka czerwona 50g Herbata czarna bez cukru 200ml
II śniadanie			sałatka ze strączków 150g (fasolka sparagowa, ciecierzycza, słonecznik, pomidor, sałata lodowa)
Obiad	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (wywar jarzynowy, koperek, ziemniaki, jogurt naturalny - mleko, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki) schab duszony w sosie własnym 100g /100g (schab wieprzowy, mąka pszenna - gluten , olej rzepakowy) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) brokuł gotowany na parze 120g (brokuł)	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (wywar jarzynowy, koperek, ziemniaki, jogurt naturalny - mleko , marchew, seler , pietruszka, natka pietruszki) schab duszony w sosie własnym 100g /100g (schab wieprzowy, mąka pszenna - gluten , olej rzepakowy) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) brokuł gotowany na parze 120g (brokuł)	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (wywar jarzynowy, koperek, ziemniaki, jogurt naturalny - mleko, marchew, seler, pietruszka, natka pietruszki) schab duszony w sosie własnym 100g /100g (schab wieprzowy, mąka pszenna - gluten , olej rzepakowy) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) surówka z czerwonej kapusty bez cukru 120g (czerwona kapusta, oliwa z oliwek, cytryna, erytrytol)
Podwieczorek	mandarynka 1szt	mandarynka 1szt	mandarynka 1szt
Kolacja	pieczywo mieszane 100g (gluten) masło 15g (mleko) szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g (mleko) ogórek kiszony 50g Herbata czarna 200ml	pieczywo jasne 100g (gluten) masło 15g (mleko) szynka wieprzowa 50g pomidor 50g marmolada owocowa 30g Herbata czarna 200ml	pieczywo pełnoziarniste 100g (gluten) masło 15g (mleko) szynka wieprzowa 30g ser żółty 40g (mleko) ogórek kiszony 50g Herbata czarna bez cukru 200ml
Energia [kcal]	2493	2463	2465
Białka [g]	87	72	90
Tłuszcze [g]	69	67	69
Węglowodany przyswajalne [g]	381	393	371
Błonnik [g]	41	23	44
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	15	11	14
Sól [g]	11	6	11

* zgodnie z zapotrzebowaniem i ustaleniami jesteśmy w stanie przygotować menu wraz z jadłospisem na wszystkie rodzaje diet (diety z ograniczeniami poszczególnych składników, diety eliminacyjne, diety z wykluczeniami, diety o zmienionej konsystencji itp.)

** na życzenie klienta możemy dostosować jadłospis zgodnie z wymogami jednostki (np.: zupy mleczne)

Dzień 7

17.12.2023

NIEDZIELA

	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	kasza jęczmienna na mleku 300ml (kasza jęczmienna - gluten, mleko) pieczywo mieszane 100g (gluten) masło 15g (mleko) polędwica sopocka 50g (soja) dżem owocowy 1szt - 25g pomidor 50g liść sałaty 10g Herbata czarna 200ml	kasza jęczmienna na mleku 300ml (kasza jęczmienna - gluten, mleko) pieczywo jasne 100g (gluten) masło 15g (mleko) polędwica sopocka 50g (soja) dżem owocowy 1szt - 25g pomidor 50g liść sałaty 10g Herbata czarna 200ml	kasza jęczmienna na mleku 300ml (kasza jęczmienna - gluten, mleko) pieczywo pełnoziarniste 100g (gluten) masło 15g (mleko) polędwica sopocka 50g (soja) pomidor 50g liść sałaty 10g Herbata czarna bez cukru 200ml
II śniadanie			Jogurt naturalny 1szt - 150g (mleko)
Obiad	manna na wywarze drobiowo-jarzynowym 400ml (wywar drobiowo-jarzynowy, marchew, seler, pietruszka, kasza manna - gluten , natka pietruszki) udko z kurczaka opiekane w ziołach 200g (udko z kurczaka, olej rzepakowy, zioła) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) marchew gotowana 120g	manna na wywarze drobiowo-jarzynowym 400ml (wywar drobiowo-jarzynowy, marchew, seler, pietruszka, kasza manna - gluten , natka pietruszki) udko z kurczaka gotowane w sosie pietruszkowym 200/100g (udko z kurczaka, natka pietruszki, pietruszka, mąka pszenna - gluten , olej rzepakowy, zioła) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) bukiet warzyw gotowanych na parze 120g (marchew, brokuł, cukinia)	manna na wywarze drobiowo-jarzynowym 400ml (wywar drobiowo-jarzynowy, marchew, seler, pietruszka, kasza manna - gluten , natka pietruszki) udko z kurczaka opiekane w ziołach 200g (udko z kurczaka, olej rzepakowy, zioła) ziemniaki z wody z koperkiem 200g (ziemniaki, koperek) marchew gotowana 120 g
Podwieczorek	Herbatniki 50 g	Herbatniki 50 g	Herbatniki 50 g
Kolacja	pieczywo mieszane 100g (gluten) masło 15g (mleko) paprykarz 120g papryka konserwowa 50g (gorczyca) Jabłko 1 szt Herbata czarna 200ml	pieczywo jasne 100g (gluten) masło 15g (mleko) paprykarz 120g Jabłko 1 szt Herbata czarna 200ml	pieczywo pełnoziarniste 100g (gluten) masło 15g (mleko) paprykarz 120g papryka konserwowa 50g (gorczyca) Jabłko 1 szt Herbata czarna bez cukru 200ml
Energia [kcal]	2503	2443	2448
Białka [g]	89	76	94
Tłuszcze [g]	71	67	68
Węglowodany przyswajalne [g]	377	384	365
Błonnik [g]	38	18	45
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	18	12	18
Sól [g]	12	7	12
* zgodnie z zapotrzebowaniem i ustaleniami jesteśmy w stanie przygotować menu wraz z jadłospisem na wszystkie rodzaje diet (diety z ograniczeniami poszczególnych składników, diety eliminacyjne, diety z wykczeniami, diety o zmienionej konsystencji itp.)			
** na życzenie klienta możemy dostosować jadłospis zgodnie z wymogami jednostki (np.: zupy mleczne)			