

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WEGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
13.11.2023 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2845 kcal B- 104 g T-95 g W – 425 g Bł -36 g	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml herbata 300ml <u>IISŃ</u> kefir naturalny 200g(MLE)	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa z zielonego groszku 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos pieczarkowy 100g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos mięsny duszony 150g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos pieczarkowy 100g (GLU) surówka z marchwi z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek : jabłko 1 szt. (ok. 150g)	Zupa ziemniaczana z koperkiem 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos mięsny duszony 150g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		parówka 120g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ketchup 30g (SEL) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE)	parówka 120g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ketchup 30g (SEL) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g chleb pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Kefir 200g (MLE)	Kefir 200g (MLE)	chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Kefir 200g (MLE)	Kefir 200g (MLE)

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
14.11.2023 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2601 kcal B- 112 g T-72 g W – 400 g Bł -28 g	Jajo 1 szt (JAJ) szynka wp 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 20g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Jajo 1 szt (JAJ) szynka wp 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 20g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Jajo 1 szt (JAJ) szynka wp 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sos tatarski 20g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i twarogiem 30g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml
OBIAD		Zupa ogórkowa 400ml (GLU,MLE, SEL) ziemniaki z koprem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g (GLU) kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa ogórkowa 400ml (GLU,MLE, SEL) ziemniaki z koprem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g (GLU) kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g (MLE)	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, JAJ) sos grecki z warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Twarożek z natką 80g (MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) papryka 50g herbata 300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) papryka 50g herbata 300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) papryka 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) papryka 50g herbata 300ml
II KOLACJA		Drożdżówka 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Drożdżówka 80 g (GLU, JAJ, MLE)	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Drożdżówka 80 g (GLU, JAJ, MLE)

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
15.11.2023 środa					
ŚNIADANIE	E-2850 kcal B- 111 g T- 92 g W - 430 g Bł -37 g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Chleb pszenney 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Chleb pszenney 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa jarzynowa 400ml (GLU, MLE, JAJ) ryż 200g pulpet wieprzowy pieczony 100g sos pomidorowy 100g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa jarzynowa 400ml (GLU, MLE, JAJ) ryż 200g pulpet wieprzowy pieczony 100g sos pomidorowy 100g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa jarzynowa 400ml (GLU, MLE, JAJ) ryż 200g pulpet wieprzowy pieczony 100g sos pomidorowy 100g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml podwieczerek: maślanka 200g(MLE)	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 130g(GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałatka jarzynowa z groszkiem 50g (SEL, MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałatka jarzynowa z groszkiem 50g (SEL, MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałatka jarzynowa z groszkiem 50g (SEL, MLE) chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałata 20g chleb pszenney 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml	chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i wędliną 30g (GLU, SOJ, MLE*,SEL*,GOR*) Sok pomidorowy 330ml	Sok pomidorowy 330ml

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

16.11.2023 czwartek

ŚNIADANIE	E-2562 kcal B- 101 g T-74 g W-394g Bł-33 g	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g zupa na wywarze z jarzyn 350ml (SEL) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	
		OBIAD	Zupa pieczarkowa 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 200g kotlet rybny smażony 100g (GLU, JAJ, RYB) surówka z kapusty czerwonej sparzonej z olejem 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa pieczarkowa 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) surówka z kapusty czerwonej sparzonej z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jabłko 1szt (ok 150g)	Rosolnik z kaszą manną 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
		KOLACJA	Szynka z kurcząt 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) ogórek kiszony 50g kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU,MLE)	Szynka z kurcząt 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) ogórek kiszony 50g kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU,MLE)	Szynka z kurcząt 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) sos tatarski 20g(MLE) Herbata 300ml	Szynka z kurcząt 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) sałata 20g Herbata 300ml
		II KOLACJA	Bułka maślana 60g (MLE, GLU) Herbata 300ml	Bułka maślana 60g (MLE, GLU) Herbata 300ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Bułka maślana 60g (MLE, GLU) Herbata 300ml

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
17.11.2023 piątek					
ŚNIADANIE	E-2644 kcal B- 102 g T-75 g W – 414 g Bł-27 g	Ser żółty 30g (MLE) Marmolada 20g ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Ser żółty 30g (MLE) Marmolada 20g ogórek świeży 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Ser żółty 50g (MLE) ogórek świeży 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata300ml <u>IIŚN</u> kefir naturalny 200g (MLE)	Marmolada 20g szynka drobiowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 20g Chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml
OBIAD		Barszcz ukraiński 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron gotowany z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) owoc 1 szt kompot 300ml	Barszcz ukraiński 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron gotowany z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) owoc 1 szt kompot 300ml	Barszcz ukraiński 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron razowy gotowany z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) owoc 1 szt kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 1 szt	Zupa jarzynowa czysta 400ml (SEL) makaron gotowany z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) owoc 1 szt kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Jogurt naturalny 150g (MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
18.11.2023 sobota					
ŚNIADANIE	E-2614 kcal B- 100 g T-74 g W – 407 g Bł -39 g	Paszтет z formy 50g (GLU, SEL) ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Paszтет z formy 50g (GLU, SEL) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	wędlina wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata300ml <u>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g(MLE)	wędlina wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 20g Chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml
OBIAD		Zupa dyniowa 400ml (GLU, SEL) fasolka duszona po bretońsku (GLU, MLE*, SOJ, SEL*, GOR*) chleb 70g (GLU) owoc 1 szt kompot 300ml	Zupa dyniowa 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka z kurczaka duszona 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa dyniowa 400ml (GLU, SEL) ryż brązowy 200g potrawka z kurczaka duszona 150g (GLU, SEL) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa dyniowa 400ml (GLU, SEL) ryż 200g potrawka z kurczaka duszona 150g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		drożdżówka 80g (MLE, GLU) Herbata 300ml	drożdżówka 80g (MLE, GLU) Herbata 300ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	drożdżówka 80g (MLE, GLU) Herbata 300ml

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 13.11-19.11.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
19.11.2023 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2564 kcal B- 103 g T-73 g W – 397 g Bł -33 g	Twarożek 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Twarożek 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml	Twarożek 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Twarożek 80g (MLE) pomidor 50g Chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml
OBIAD		Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g kotlet schabowy smażony 100g (GLU,JAJ,SEL) surówka z kapusty białej olejem 150g kompot 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koperkiem 200g bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koperkiem 200g bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) surówka z kapusty białej z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jabłko 1 szt. (ok. 150g)	Zupa makaronowa 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Paprykarz rybny z ogórkiem kiszonym 80g (RYB) pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny z ogórkiem kiszonym 80g (RYB) pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny z ogórkiem kiszonym 80g (RYB) pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka z kurcząt 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sok warzywny 330ml	Sok warzywny 330ml

Jadłospis może ulec zmianie po konsultacji z Pielęgniarką Oddziałową

Alergeny: GLU-zboża zawierające gluten SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi MLE- mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych SEL- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów