

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
17.12.2023 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2471 kcal B- 98 g T-92 g W – 324 g Bł -29 g	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ, MLE*,SEL*, GOR*) papryka 50g pieczywo mieszane 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ, MLE*,SEL*, GOR*) papryka 50g pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ, MLE*,SEL*, GOR*) papryka 50g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata b/cukru 300ml IIŚ : chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i jajkiem (JAJ) 30g	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Rosół z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU,,SEL) Udko pieczone 150g (GOR) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU,,SEL) Udko z kurczaka gotowane 150g ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) Udko z kurczaka gotowane 150g ziemniaki z koprem 200g surówka z marchwi z olejem 150g kompot b/cukru 300ml PODWIECZOREK: Brokuł gotowany 200g	Rosół warzywny z makaronem i z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) Udko z kurczaka gotowane 150g ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Pasztet wieprzowy z formy 50g (GLU,SEL) pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Pasztet wieprzowy z formy 50g (GLU,SEL) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata b/cukru 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) pomidor 50g Herbata 300ml
IIKOLACJA		Sok owocowy 330ml	Sok owocowy 330ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Sok owocowy 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 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruzlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
18.12.2023 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2509 kcal B- 78 g T-88 g W – 351 g Bł -31 g	Polędwica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml(MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml(MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) Ogórek kiszony 50g chleb razowy 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata b/cukru 300ml IIŚN kefir 200g (MLE)	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml(MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU,) sos mięsny duszony 150g (GLU,) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot b/cukru 300ml PODWIECZOREK: jabłko 1szt (ok 150g)	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ziemniaki z koprem 200g sos mięsny duszony 150g (GLU) buraczki gotowane 150g(GLU,) kompot 300ml
KOLACJA		Paprykarz rybny 80g (RYB) sałata + pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) sałata + pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) sałata + pomidor 50g chleb razowy 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata b/cukru 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor+ sałata 50g pieczywo pszenne 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Serek wiejski 200g (MLE)	Serek wiejski 200g (MLE)	chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Serek wiejski 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 alergenem występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 17.12.-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
19.12.2023 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2561 kcal B- 101 g T-92 g W - 333 g Bł -28 g	Twarożek z natką 80g (MLE) pomidor 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) pomidor 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) pomidor 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata300ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g (JAJ)	Twarożek z natką 80g (MLE) pomidor 50g chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata300ml
OBIAD		Kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kotlet mielony wieprzowy smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g (MLE)	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) pulpet wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koperkiem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor + sałata 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) 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 wieprzową 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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
20.12.2023 środa					
ŚNIADANIE	E-2512 kcal B- 101 g T- 61 g W – 399 g Bł -31 g	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml(GLU,MLE) pomidor 50g Herbata 300ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml(GLU,MLE) pomidor 50g Herbata 300ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo razowe 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn (SEL, GLU) pomidor 50g Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i jajkiem 30g(JAJ)	Wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g Chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) Ryż 200g potrawka z kurczaka 150g (GLU,) surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) Ryż 200g potrawka z kurczaka 150g (GLU,) surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ogonowa z natką pietruszki 400ml(GLU, MLE,SEL) Ryż brązowy 200g porcja kurczaka gotowana 150g surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sałatka warzywna 150g	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml(SEL) Ryż 200g porcja kurczaka gotowana 150g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет wieprzowy z formy 50g (GLU, SEL) Sałata 20g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Paszтет wieprzowy z formy 50g (GLU, SEL) Sałata 20g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 20g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) herbata 300ml	szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałata 20g chleb pszenny 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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
21.12.2023 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2548 kcal B- 106 g T-76 g W - 357 g Bł -26 g	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron. na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 100g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron. na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) ogórek kiszony 50g chleb 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)	Szynka wieprzowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) sałata 20g chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata300ml
OBIAD		Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, MLE) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml Podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa 100g (GLU, MLE) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Twarożek z natką 80g pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g pomidor 50g pieczywo mieszane 100g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g pomidor 50g chleb graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g pomidor 50g chleb mieszany 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) herbata 300ml
II KOLACJA		Cebularz 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Cebularz 80 g (GLU, JAJ, MLE)	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Cebularz 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 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
22.12.2023 piątek					
ŚNIADANIE	E-2434 kcal B- 86 g T-78 g W – 349 g Bł -33 g	Ser żółty 30g (MLE) Marmolada 20g sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata300ml	Ser żółty 30g (MLE) Marmolada 20g sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata300ml	Ser żółty 50g (MLE) sałata 20g 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)	Szynka wieprzowa 30g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) Marmolada 20g Sałata 20g Chleb pszenny 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata300ml
OBIAD		Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ,RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszanej kapusty z olejem 150g kompot 300ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba gotowana100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (GLU, SEL) kompot 300ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryba gotowana100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszanej kapusty z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g	Zupa zacierkowa czysta 400ml (SEL) ryba gotowana100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (GLU, SEL) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z jaj 80g (JAJ, MLE) papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Pasta z jaj 80g (JAJ, MLE) papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj 80g (JAJ, MLE) papryka 50g pieczywo graham 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Poledwica sopocka 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml
IIKOLACJA		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)

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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 17.12-23.12.2023 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
23.12.2023 sobota					
ŚNIADANIE	E-2522 kcal B- 102 g T-84 g W – 363 g Bł -33 g	Pasta z ciecierzycy 80g Ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata300ml	Wędlina wieprzowa 30g (GLU, SOJ, MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata300ml	Pasta z ciecierzycy 80g 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) kasza kukurydziana na mleku 350ml (GLU,MLE) Herbata300ml
OBIAD		Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 200g bitka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczerek: jabłko 150g	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ziemniaki 200g bitka wieprzowa duszona 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml	szynka drobiowa 50g (GLU, SOJ, MLE*, SEL*, GOR*) 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
IIKOLACJA		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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów