

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 25.02-2.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
25.02.2024 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2643 kcal B- 108 g T- 91 g W – 359 g Bł -26 g sól- 6,5g NKT-28 g	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g sos tatarski 20g (MLE) chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(7) zupa na wywarze z jarzyn 350ml (GLU,) Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g (MLE)	Szynka z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 150g (GOR) marchewka z groszkiem gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka z groszkiem gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200ml	Rosół warzywny z makaronem i z natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 100g + sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 100g + sałata 20g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) 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*) Herbata 300ml	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-gorzycza SEZ-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 25.02-2.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
26.02.2024 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2464 kcal B- 96 g T-61 g W – 397 g Bł -28 g Sól - 7 g NKT- 15g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i twarogiem 30g (MLE)	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) Ziemniaki z koprem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) Ziemniaki z koprem 200g potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) Ziemniaki z koprem 200g bitka wieprzowa gotowana 100g Surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: brokuł gotowany 200g	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ziemniaki 200g(GLU) bitka wieprzowa gotowana 100g marchewka gotowana 150g (SEL) kompot 300ml
KOLACJA		Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Jogurt owocowy 150g (MLE)	Jogurt owocowy 150g (MLE)	chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Jogurt owocowy 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 25.02-2.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
27.02.2024 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2409 kcal B- 87 g T-62 g W - 390 g Bł- 32 g sól- 7g NKT-16g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml IIŚN kefir 200g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) łazanki z kapustą i pieczarkami 350g (GLU) jabłko ok 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) makaron z serem twarogowym 350g (MLE, GLU) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) makaron razowy z serem twarogowym 350g (MLE, GLU) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) makaron z serem twarogowym 350g (MLE, GLU) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет drobiowy 50g (GLU, SEL) sałatka szwedzka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Paszтет drobiowy 50g (GLU, SEL) sałatka szwedzka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	Ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE) 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

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 25.02-02.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
28.02.2024 środa					
ŚNIADANIE	E-2410 kcal B- 78 g T- 63 g W – 398 g Bł -32 g Sól-5 g NKT-22g	Ser żółty 20g (MLE) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIK</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym (MLE) 5g i jajkiem 50g (JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka drobiowa duszona 150g(GLU) surówka z marchwi i jabłka z olejem kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: sałatka warzywna 150g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (SEL) ryż 200g udko z kurczaka gotowane 150g marchew gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g chleb razowy 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 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*) herbata 300ml	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 25.02-02.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
29.02.2024 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2616 kcal B- 111 g T-69 g W - 400 g Bł -28 g Sól- 6 g NKT- 28g	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i twarogiem 30g(MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 200ml (MLE)	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pieczeń wieprzowa duszona 100g (GLU,JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		drożdżówka 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	Drożdżówka 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Drożdżówka 60 g (GLU, JAJ, MLE) 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

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 25.02-02.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
01.03.2024 piątek					
ŚNIADANIE	E-2628 kcal B- 87 g T-87 g W -391 g Bł-38 g Sól- 6 g NKT- 28g	Marmolada 20g ser biały 50g(MLE) jabłko 1szt (ok 150g) pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Marmolada 20g ser biały 50g(MLE) jabłko 1szt (ok 150g) pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) papryka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IISN</u> kefir 200g (MLE)	Marmolada 20g ser biały 50g(MLE) jabłko 1szt (ok 150g) pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL, JAJ, GLU) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL, JAJ, GLU) ryba gotowana 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL, GLU) kompot 300ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL, JAJ, GLU) ryba gotowana 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kiszzonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: sok pomidorowy 200ml	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL, JAJ, GLU) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL, GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z ciecierzycy 80g sałatka warzywna 150g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g sałatka warzywna 150g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g sałatka warzywna 150g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 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*) Herbata 300ml	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 25.02-2.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
02.03.2024 sobota					
ŚNIADANIE	E-2814 kcal B- 94 g T-106 g W – 393 g Bł-36 g Sól- 5g NKT- 35g	Polędwica drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IK</u> chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE)i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa fasolowa z natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g(GLU) gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa fasolowa z natka pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczorek: owoc 1 szt ok 150g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) Ziemniaki 200g gulasz wieprzowy duszony 150g(GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) ćwikła 100g+sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Paszтет wieprzowy 50g (GLU,SEL) ćwikła 100g+sałata 20g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 100g+sałata 20g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g + sałata 20g pieczywo pszenne 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