

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
24.03.2024 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2638 kcal B- 109 g T- 89 g W – 361 g Glukoza -2,5g Fruktoza 3,5g Sacharoza 46g laktoza 33,5g Bł -24 g sól- 6g NKT-25 g	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 20g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 20g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 20g (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 drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 150g (GOR) buraczki 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g buraczki 150g (GLU) kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: sok pomidorowy 100% 200ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka 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*) Sałatka szwedzka 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka szwedzka 100g + sałata 20g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g + 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-skorupki 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 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
25.03.2024 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2606 kcal B-111 g T-61 g W – 412 g Bł-28 g Sól – 8 g NKT- 14g Glukoza-3,5g Fruktoza-5g Sacharoza-35g laktoza-51g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 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)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAŁ		Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: owoc 1 szt (ok. 150g)	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) ziemniaki 200g pulpet rybny pieczony 100g (GLU, JAJ, RYB) sos koperkowy 100g (GLU) 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) kawa zbożowa na mleku 300g (GLU, MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
26.03.2024 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2429 kcal B- 89 g T-62 g W - 394 g Bł -34 g sól- 7,6g NKT-16g Glukoza-7g Fruktoza-13g Sacharoza-44g Laktoza-37g	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 <u>IIŚN</u> kefir 200ml (MLE)	szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) łazanki z kapustą i pieczarkami 350g (GLU) jabłko 1 szt ok. 150g kompot 300ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) makaron z serem twarogowym 350g (MLE, GLU) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok. 150g kompot 300ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) łazanki z kapustą i pieczarkami 350g (GLU) jabłko 1 szt ok. 150g kompot 300ml podwieczorek: brokuł gotowany 200g	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 350g (MLE, GLU) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok. 150g kompot 300ml
KOLACJA		Pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL) sałatka szwedzka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Pasztet drobiowy 50g (GLU, SEL) sałatka szwedzka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Poledwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Poledwica 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 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
27.03.2024 środa					
ŚNIADANIE	E-2442 kcal B- 86 g T- 68 g W – 387 g Bł -30 g Sól-7 g NKT-20g glukoza-5g Fruktoza-8g Sacharoza-51g Laktoza-19g	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 (GLU, MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 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>III</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, 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, 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, SEL) Ryż brązowy 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sałatka warzywna 150g	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g udko z kurczaka gotowane 150g marchewka 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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
28.03.2024 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2480 kcal B- 105 g T-62 g W – 394 g Bł -35 g Sól- 7 g NKT- 18g Glukoza- 3,5g Fruktoza- 6g Sacharoza- 44g Laktoza- 34g	Pasta jajeczna 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta jajeczna 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta jajeczna 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>IISN</u> chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i twarogiem 30g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g kotlet mielony wieprzowy smażony 100g (GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150 g (MLE)	Zupa jarzynowa czysta 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony pieczony 100g (GLU, JAJ) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g + sałata 20g 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 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 100g + sałata 20g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Cebularz 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	Cebularz 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	Cebularz 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 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
29.03.2024 piątek					
ŚNIADANIE	E-2860 kcal B- 102 g T-91 g W -426 g Bł -41 g Sól- 6 g NKT- 24g glukoza- 7g Fruktoza- 14g Sacharoz- 36g Laktoza-37g	Ser żółty 50g (MLE) ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 50g (MLE) ogórek świeży 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 50g (MLE) ogórek świeży 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> kefir 200g (MLE)	Marmolada 50g jabłko 1 szt. pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sałatka warzywna 150g	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL, GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g 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-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 24.03-30.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
30.03.2024 sobota					
ŚNIADANIE	E-2484 kcal B- 88 g T-64 g W – 403 g Bł -32 g Sól- 7g NKT- 17g Gliukoza-4g Fruktoza-5g Sacharoza-48g laktoza-33g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml(MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml(MLE) 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>IK</u> chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE)i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica drobiowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml(MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa fasolowa z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos mięsny duszony 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos pieczarkowy 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczorek: jabłko 1 szt (ok 150g)	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) kasza jęczmienna 200g (GLU) sos mięsny duszony 150g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет wieprzowy 50g (GLU, SEL) ogórek kiszony 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Paszтет wieprzowy 50g (GLU, SEL) ogórek kiszony 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek kiszony 120g 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
IIKOLACJA		Sok jabłkowy 330ml	Sok jabłkowy 330ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Sok jabłkowy 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