

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruzlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
03.03.2024 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2450 kcal B- 106 g T- 65 g W – 374 g Bł -28 g sól- 8g NKT-18 g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 100g + sałata 20g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 100g + sałata 20g 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 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej i marchwi z olejem 150g kompot 300ml	Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej i marchwi z olejem 150g kompot 300ml	Pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej i marchwi z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: sok pomidorowy 100% 200ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) bitka schabowa duszona 90g w sosie własnym 100g (GLU) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU)kompot 300ml
KOLACJA		Jajo 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sos tatarski 20g (MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Jajo 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sos tatarski 20g (MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Jajo 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sos tatarski 20g (MLE) 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
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 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
04.03.2024 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2482 kcal B- 90 g T-53 g W – 421 g Bł-27 g Sól - 6 g NKT- 15g	szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) sałatka szwedzka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) sałatka szwedzka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) sałatka szwedzka 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 jajkiem 30g (JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka 300g (GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g (MLE) kompot 300ml	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kopytka 300g (GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g kompot 300ml	Zupa brokułowa z natka pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami zapiekany 350g (GLU, MLE) sos koperkowy 100g (GLU) surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g kompot 300ml podwieczorek: kalafior gotowany 200g	Zupa ziemniaczana z natka pietruszki 400ml (SEL) kopytka 300g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła 50g 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
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 05.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
05.03.2024 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2496 kcal B- 90 g T-73 g W - 393 g Bł- 28 g sól- 7g NKT-17g	połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g + sałata 20g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 100g + sałata 20g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml IIŚN kefir 200g (MLE)	połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Żurek z majerankiem 400ml (GLU, SEL, MLE) stek wieprzowy z cebulą smażony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Żurek z majerankiem 400ml (GLU, SEL, MLE) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Żurek z majerankiem 400ml (GLU, SEL, MLE) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g sałatka z buraczka, jabłka i cebuli 150g kompot 300ml podwieczorek: owoc 1 szt (ok 150g)	Rosolnik z kaszą manną z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) klopsik wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g buraczki gotowane 150g (GLU) 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 drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g 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 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
06.03.2024 środa					
ŚNIADANIE	E-2514 kcal B- 98 g T- 66 g W – 399 g Bł -30 g Sól-6 g NKT-22g	wędlina drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	wędlina drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	wędlina drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ćwikła 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)	wędlina drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g 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 (GLU, MLE, SEL) Makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) Makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет wieprzowy 50g (GLU, SEL) sałatka warzywna 150g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Paszтет wieprzowy 50g (GLU, SEL) sałatka warzywna 150g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka warzywna 150g 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
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 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
07.03.2024 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2479 kcal B- 96 g T-69 g W - 381 g Bł -26 g Sól- 7 g NKT- 17g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek kiszony 100g + sałata 20g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek kiszony 100g + sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml(GLU, MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek kiszony 100g + sałata 20g 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 wieprzowa 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 koperkowa zabelana 400ml (GLU,MLE,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g wątróbka drobiowa duszona 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa koperkowa zabelana 400ml (GLU,MLE,SEL) Ryż brązowy 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 200ml (MLE)	Zupa koperkowa czysta 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g Pulpet drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos z natką pietruszki 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 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 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
08.03.2024 piątek					
ŚNIADANIE	E-2625 kcal B- 87 g T-73 g W -423 g Bł-42 g Sól- 5 g NKT- 14g	Marmolada 20g ser biały 50g(MLE) jabłko 1szt (ok 150g) pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Marmolada 20g ser biały 50g(MLE) jabłko 1szt (ok 150g) pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) Sałata + pomidor 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) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty białej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL, GLU) kompot 300ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty białej, marchwi, jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Krupnik jęczmienny 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 papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g papryka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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 03.03-09.03.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
09.03.2024 sobota					
ŚNIADANIE	E-2487 kcal B- 89 g T-64 g W – 404 g Bł -33 g Sól- 6g NKT- 17g	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml(MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica wieprzowa 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 wieprzowa 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 wieprzowa 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 jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczerek: maślanka 200ml (MLE)	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(GLU, MLE) marchewka gotowana 150g kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) Ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU,SEL) Ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek świeży 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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