

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
21.04.2024 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2494 kcal B- 107 g T- 79 g W – 349 g Bł -24g sól- 6g NKT-25 g Glukoza -4g Fruktoza- 5,5g Sacharoza- 35g laktoza- 33g	Jajo 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 120g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jajo 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 120g sos tatarski 20g (MLE) pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jajo 1 szt (JAJ) Szynka z indyka 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 120g 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*) sałata 20g 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, MLE) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 150g (GOR) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g 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 300ml (MLE, GLU)	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		Sok pomarańczowy 330ml	Sok pomarańczowy 330ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Sok pomarańczowy 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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
22.04.2024 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2493 kcal B-90 g T-71 g W – 388 g Bł -32 g Sól – 6 g NKT- 17g Glukoza-5g Fruktoza-6g Sacharoza-41g laktoza-19g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek kiszony 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 twarogiem30g (MLE)	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) potrawka wieprzowa duszona 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) bitka wieprzowa duszona 100g bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) bitka wieprzowa duszona 100g ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 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 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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
23.04.2024 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2593 kcal B- 100 g T-85 g W – 373 g Bł -23 g sól- 5g NKT-31g Glukoza-3g Fruktoza-3,5g Sacharoza-48g Laktoza-26g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml IIŚN chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i jajkiem 30 (JAJ)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) kasza jagłana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g 1 szt. kompot 300ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g 1 szt. kompot 300ml	Barszcz ukraiński z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU, SEL) makaron razowy z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g 1 szt. kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Zupa jarzynowa czysta z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 350g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko ok 150g 1 szt. kompot 300ml
KOLACJA		Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 50g ketchup 20g (SEL) pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) herbata 300ml	Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałatka szwedzka 50g ketchup 20g (SEL) 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*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Cebularz 80g (GLU, JAJ, MLE) herbata 300ml	Cebularz 80g (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	Cebularz 80g (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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
24.04.2024 środa					
ŚNIADANIE	E-2463 kcal B- 90 g T- 79 g W – 361 g Bł -26 g Sól-6,5 g NKT-19g glukoza-4g Fruktoza-7g Sacharoza-38g Laktoza-15g	Ser żółty 20g (MLE) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 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*) rzodkiewka 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*) rzodkiewka 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 30g (JAJ)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g pierś kurczaka duszona 90g w sosie koperkowym 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Ryż 200g pierś kurczaka duszona 90g w sosie koperkowym 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Kapuśniak z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ryż brązowy 200g pierś kurczaka duszona 90g w sosie koperkowym 100g (GLU) surówka z buraka i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200g	Zupa ziemniaczana czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) Ryż 200g pierś kurczaka duszona 90g w sosie koperkowym 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Połudwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) herbata 300ml	Połudwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Połudwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	Połudwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g 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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
25.04.2024 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2493 kcal B- 104 g T-64 g W – 392 g Bł -33 g Sól- 7 g NKT- 19g Glukoza-5g Fruktoza-7g Sacharoza-38g Laktoza-38g	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) ogórek świeży 120g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) ogórek świeży 120g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta z jaj z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE) ogórek świeży 120g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 350ml Herbata 300ml <u>IISN</u> kefir 200g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g + 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 (SEL, GLU, MLE) ziemniaki z koperkiem 200g kotlet mielony wieprzowy pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g(GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: kalafior gotowany 200g	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mielony wieprzowy pieczony 100g(GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g(GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 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*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Bułka maślana 60 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata 300ml	Bułka maślana 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	Bułka maślana 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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
26.04.2024 piątek					
ŚNIADANIE	E-2715 kcal B- 98 g T-72 g W -434 g Bł -38 g Sól- 5,5 g NKT- 15g glukoza ⁷ g Fruktoza- 14g Sacharoza 36g Laktoza- 39g	Marmolada 20g Ser biały 50g (MLE) pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml owoc 1szt (ok 150g)	Marmolada 20g Ser biały 50g (MLE) pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml owoc 1szt (ok 150g)	Ser żółty 50g (MLE) Sałata 20g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> kefir 200ml (MLE)	Marmolada 20g Ser biały 50g (MLE) pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml owoc 1szt (ok 150g)
OBIAD		Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki 150g (SEL) kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty kiszzonej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: kiwi 1 szt	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml (GLU, JAJ, SEL) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta z ciecierzycy 80g rzodkiewka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g rzodkiewka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g rzodkiewka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Polędwica z indyka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 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*) 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 21.04-27.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
27.04.2024 sobota					
ŚNIADANIE	E-2490 kcal B- 101 g T-62 g W – 397 g Bł -31 g Sól- 7g NKT- 16g Glukoza-5g fruktoza- 6g Sacharoza-42g Laktoza-33g	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 120g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 120g 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 5g(MLE)i jajkiem 30g(JAJ)	Polędwica drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g + Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa fasolowa z majerankiem 400ml (SEL, GLU) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż brązowy z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczerek: owoc 1 szt ok. 150g	Zupa zjarzynowa z natka pietruszki 400ml (SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml
KOLACJA		Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g(MLE) ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) herbata 300ml	Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g(MLE) ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g(MLE) ogórek świeży 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 120g 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-sezam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów