

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>31.03.2024 niedziela</b>					
ŚNIADANIE	E-2823 kcal B- 118 g T- 75 g W – 436 g Bł -36 g sól- 8g NKT-22 g Glukoza -2,7g Fruktoza 13g Sacharoza 55g laktoza 34g	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła z chrzanem 120g jabłko 1 szt ok. 150g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła z chrzanem 120g jabłko 1 szt ok. 150g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ćwikła z chrzanem 120g jabłko 1 szt ok. 150g 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*) Sałata 20g jabłko 1 szt 150g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Żurek z jajkiem i kiełbasą 400ml (GLU, SEL, MLE, SOJ, GOR*) ziemniaki z koprem 200g kotlet schabowy smażony 100g (GLU, JAJ) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g (GLU, MLE, JAJ) kompot 300ml	Żurek z jajkiem i kiełbasą 400ml (GLU, SEL, MLE, SOJ, GOR*) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g ciasto 50g (GLU, MLE, JAJ) kompot 300ml	Żurek z jajkiem i kiełbasą 400ml (GLU, SEL, MLE, SOJ, GOR*) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml  podwieczorek: owoc 1 szt ok. 150g	Krupnik ryżowy z natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g bitka schabowa 90g w sosie własnym 100g (GLU) marchewka gotowana 150g (GLU) ciasto 50g (JAJ, GLU, MLE) 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
IIKOLACJA		Babeczka makowa 70g (GLU, MLE, JAJ) herbata 300ml	Babeczka makowa 70g (GLU, MLE, JAJ) herbata 300ml	chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Babeczka makowa 70g (GLU, MLE, JAJ) 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 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>01.04.2024 poniedziałek</b>					
ŚNIADANIE	E-2756 kcal B-93 g T-102 g W – 362 g Bł- 25 g Sól – 6 g NKT- 28g Glukoza-3g Fruktoza-6g Sacharoza-46g laktoza-16g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka jarzynowa 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka jarzynowa 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza jaglana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka jarzynowa 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 wieprzowa 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		Rosół z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka pieczone 150g surówka z buraka i jabłka z olejem 150g ciasto 50g (GLU, MLE, JAJ) 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 ciasto 50g (GLU, MLE, JAJ) 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 ciasto 50g (GLU, JAJ, MLE) kompot 300ml  podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Rosół warzywny z makaronem i natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g udko z kurczaka gotowane 150g buraczki gotowane 150g (GLU) ciasto 50g (GLU, MLE, JAJ) kompot 300ml
KOLACJA		Kiełbasa biała z cebulą pieczona 100g (GLU,SOJ, MLE*, SEL *, GOR*) papryka 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) herbata 300ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 120g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 20g (MLE) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 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
II KOLACJA		Babka cytrynowa 50g (MLE, GLU, JAJ) herbata 300ml	Babka cytrynowa 50g (MLE, GLU, JAJ) herbata 300ml	chleb razowy 60g z masłem roślinnym 5g i wędliną 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Herbata 300ml	Babka cytrynowa 50g (MLE, GLU, JAJ) 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 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>02.04.2024 wtorek</b>					
ŚNIADANIE	E-2498 kcal B- 88 g T-69 g W – 398 g Bł-35 g sól- 7g NKT-17g Glukoza-7g Fruktoza-14g Sacharoza-39g Laktoza-17g	Połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 50g 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 50g 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 50g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml IIŚN kefir 200ml (MLE)	Połędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) fasolka po bretońsku duszona 350g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 70g (GLU) jabłko 1 szt ok. 150g kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa 150g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g (GLU) kompot 300ml  podwieczorek: owoc 1 szt ok 150g	Zupa koperkowa czysta z natką pietruszki 400ml (SEL) ryż 200g potrawka wieprzowa 150g (GLU) 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 drobiowa 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 (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną drobiową 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 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>03.04.2024 środa</b>					
ŚNIADANIE	E-2636 kcal B- 99 g T- 80 g W – 398 g Bł -30 g Sól-5 g NKT-29g glukoza-5g Fruktoza-11g Sacharoza-47g Laktoza-26g	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	wędlina drobiowa 50g (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 50g (JAJ)	wędlina drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza manna na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok .150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok .150g kompot 300ml	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Makaron razowy z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok .150g kompot 300ml  podwieczorek: sok pomidorowy 200ml	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok .150g kompot 300ml
KOLACJA		Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g + ketchup 20g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) herbata 300ml	Parówka wieprzowa 80g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g + ketchup 20g 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 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 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>04.04.2024 czwartek</b>					
ŚNIADANIE	E-2454 kcal B- 101 g T-65 g W – 381 g Bł -28 g Sól- 8 g NKT- 19g Glukoza-4,5g Fruktoza-5g Sacharoza-37g Laktoza-33g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka 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*) Papryka 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*) Papryka 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*) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Rosolnik z kaszą manną i z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g stek wieprzowy smażony z cebulą 100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosolnik z kaszą manną i z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml	Rosolnik z kaszą manną i z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) surówka z marchewki i jabłka z olejem 150g kompot 300ml  podwieczorek: kalafior gotowany 200g	Rosolnik z kaszą manną i z natką pietruszki 400ml (MLE, GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g klopsik wieprzowy pieczony100g (GLU, JAJ) marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Jajko 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Jajko 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Jajko 1 szt (JAJ) szynka drobiowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) 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		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 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>05.04.2024 piątek</b>					
ŚNIADANIE	E-2610 kcal B- 87 g T-79 g W -404 g Bł-39 g Sól- 5 g NKT- 15g glukoza 7g Fruktoza-13g Sacharoza 41g Laktoza-18g	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 120g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> kefir 200g (MLE)	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 120g 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 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 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 sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL, GLU) kompot 300ml  podwieczerek: owoc ok. 150g	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		Twarożek z natką 80g(MLE) rzodkiewka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) rzodkiewka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) rzodkiewka 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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 31.03-06.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
<b>06.04.2024 sobota</b>					
ŚNIADANIE	E-2539 kcal B- 99 g T-67 g W – 399 g Bł -32 g Sól- 6g NKT- 19g Glukoza-7g fruktoza- 9g Sacharoza-39g Laktoza-37g	Polędwica wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałata 20g 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*) Sałata 20g 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*) Sałata 20g 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*) Sałata 20g 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 (SEL) ryż z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) marchewka gotowana 150g (GLU) 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