

JADŁOSPIS 7-DNIOWY 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
07.04.2024 niedziela					
ŚNIADANIE	E-2425 kcal B- 104 g T- 63 g W – 373 g Bł-26 g sól- 7g NKT-18 g Glukoza -3g Fruktoza- 4g Sacharoza 46g laktoza 38g	Szynka drobiowa 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 drobiowa 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 drobiowa 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 drobiowa 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
OBIAD		Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 90g w sosie pieczeniowym 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 90g w sosie pieczeniowym 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki 400ml (GLU, SEL, MLE) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 90g w sosie pieczeniowym 100g (GLU) sałatka z buraczków, jabłek i cebuli 150g kompot 300ml podwieczerek: jogurt naturalny 150ml (MLE)	Rosół warzywny z makaronem i z natką pietruszki 400ml(GLU, SEL) ziemniaki z koprem 200g szynka wieprzowa gotowana 90g w sosie pieczeniowym 100g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (MLE, JAJ) Pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (MLE, JAJ) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (MLE, JAJ) 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
IKOLACJA		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-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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
08.04.2024 poniedziałek					
ŚNIADANIE	E-2469 kcal B-110 g T-59 g W - 389 g Bł -28 g Sól - 6,5 g NKT- 16g Glukoza-5g Fruktoza-6g Sacharoza-37g	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) rzodkiewka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) rzodkiewka 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)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) Sałata 20g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) ryż na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml
OBIAD	laktoza-36g	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) zapiekany makaron z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos z natki pietruszki 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) zapiekany makaron z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos z natki pietruszki 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) zapiekany makaron z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos z natki pietruszki 100g (GLU) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml podwieczerek: owoc 1 szt.	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) zapiekany makaron z mięsem i warzywami 350g (GLU, SEL) Sos z natki pietruszki 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) herbata 300ml	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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
09.04.2024 wtorek					
ŚNIADANIE	E-2372 kcal B- 86 g T-70 g W – 364 g Bł -29 g sól- 8g NKT-17g Glukoza-5g Fruktoza-7g Sacharoza-45g Laktoza-17g	Półdewica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) ogórek świeży 50g pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Półdewica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) ogórek świeży 50g pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) płatki owsiane na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Półdewica wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ser żółty 20g (MLE) ogórek świeży 50g chleb razowy 150g(GLU,) masło roślinne 15g(7) Zupa na wywarze z jarzyn 350ml Herbata 300ml <u>IIŚN</u> chleb razowy 60g (GLU,) z masłem roślinnym 5g(MLE) i twarogiem 30g (MLE)	Półdewica 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 kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) kotlet rybny pieczony 100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z marchewki, pora i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) klopsik rybny pieczony 100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z marchewki, pora i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa kalafiorowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE, SEL) klopsik rybny pieczony 100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g surówka z marchewki, pora i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jabłko 1 szt ok 150g	Rosolnik z kasza manną i z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) klopsik rybny pieczony 100g (RYB, GLU, JAJ) ziemniaki z koprem 200g marchewka gotowana 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Wędlina wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) herbata 300ml	Wędlina wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Wędlina wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka 50g chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Wędlina wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml
II KOLACJA		Drożdżówka 80g (GLU, JAJ, MLE) herbata 300ml	Drożdżówka 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	Drożdżówka 80g (GLU, JAJ, MLE) herbata 300ml

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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
10.04.2024 środa					
ŚNIADANIE	E-2463 kcal B- 89 g T- 66 g W – 392 g Bł -32 g Sól-6 g NKT-16g glukoza- 5,5g Fruktoza- 7g Sacharoza- 36g Laktoza- 33g	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka warzywna 150g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka warzywna 150g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml	Szynka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Sałatka warzywna 150g 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 wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 100g+ Sałata 20g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) makaron na mleku 350ml (GLU, MLE) Herbata 300ml
OBIAD		Zupa z soczewicy z majerankiem 400ml (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 100g (GLU) surówka z kapusty czerwonej i marchwi z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g gulasz wieprzowy 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Kasza gryczana 200g sos pieczarkowy 100g (GLU) surówka z kapusty czerwonej i marchwi z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: maślanka (MLE)	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Ryż 200g gulasz wieprzowy 150g (GLU) buraczki gotowane 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет drobiowy 50g (GLU, SEL) Pomidor 50g pieczywo mieszane 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU, MLE)	Paszтет drobiowy 50g (GLU, SEL) Pomidor 50g pieczywo pszenne 150g (GLU) masło roślinne 15g (MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 50g (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		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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WEGŁOWODANÓW 6 posiłków	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
11.04.2024 czwartek					
ŚNIADANIE	E-2485 kcal B- 96 g T-57 g W – 412 g Bł -31 g Sól- 7 g NKT- 16g Glukoza-7g Fruktoza-8g Sacharoza-35g Laktoza-33g	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Rzodkiewka 50g + sos tatarski 20g (MLE) pieczywo mieszane 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Rzodkiewka 50g + sos tatarski 20g (MLE) pieczywo pszenne 150g(GLU,) masło roślinne 15g(MLE) kasza kukurydziana na mleku 350ml (MLE) Herbata 300ml	Jaja 1 szt (JAJ) Szynka wieprzowa 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Rzodkiewka 50g + sos tatarski 20g (MLE) chleb razowy 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 350ml Herbata 300ml IIŚN kefir 200g (MLE)	Szynka wieprzowa 50g (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 zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki duszone w kapuście 100g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 100g (GLU) owoc 1 szt (ok. 150g) kompot 300ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony100g (GLU, JAJ) bukiet warzyw gotowanych 150g kompot 300ml	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g gołąbki duszone w kapuście 100g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 100g (GLU) owoc 1 szt (ok. 150g) kompot 300ml podwieczorek: kalafior gotowany 200g	Zupa zacierka z natką pietruszki 400ml (GLU,SEL) ziemniaki z koperkiem 200g pulpet mięsno-ryżowy pieczony100g (GLU, JAJ) szpinak gotowany 150g (GLU) kompot 300ml
KOLACJA		szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (MLE, GLU)	szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 120g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) ogórek świeży 120g 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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
12.04.2024 piątek					
ŚNIADANIE	E-2450 kcal B- 91 g T-66 g W -389 g Bł -37 g Sól- 6 g NKT- 14g glukoza 5g Fruktoza-7g Sacharoza 36g	Pasta z ciecierzycy 80g ogórek kiszony 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g ogórek kiszony 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) płatki jęczmienne na mleku 350ml (MLE, GLU) Herbata 300ml	Pasta z ciecierzycy 80g 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 (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 (MLE, GLU) Herbata 300ml
OBIAŁ	Laktoza-20g	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba smażona 100g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU, MLE) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g surówka z kapusty pekińskiej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml podwieczorek: jogurt naturalny 150g (MLE)	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (SEL, GLU) ryba gotowana 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw gotowanych 150g (SEL) kompot 300ml
KOLACJA		Twarożek z natką 80g(MLE) papryka 50g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) papryka 50g pieczywo pszenne 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką 80g(MLE) papryka 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
IKOLACJA		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 07.04-13.04.2024 r. Samodzielne Publiczne Sanatorium Gruźlicy i Chorób Płuc w Poniatowej

		PODSTAWOWA	LATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
13.04.2024 sobota					
ŚNIADANIE	E-2411 kcal B- 97 g T-62 g W – 377 g Bł-20 g Sól- 6g NKT- 20g Glukoza-2g fruktoza- 3g Sacharoza-47g Laktoza-32g	Polędwica wieprzowa 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 wieprzowa 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ogórek świeży 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>IIK</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		Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok 150g kompot 300ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok 150g kompot 300ml	Barszcz czerwony z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE,SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok 150g kompot 300ml podwieczorek: sok pomidorowy 100% 200ml	Krupnik jaglany z natką pietruszki 400ml (SEL) makaron z serem twarogowym 300g (GLU, MLE) sos jogurtowy 100g (MLE) jabłko 1 szt ok 150g kompot 300ml
KOLACJA		Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU, SEL) Pomidor 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) herbata 300ml	Paszтет drobiowy z formy 50g (GLU, SEL) Pomidor 120g pieczywo mieszane 150g (GLU,) masło roślinne 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka drobiowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 120g 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-sesam S02-dwutlenek siarki LUB-lubin, MCK- mięczaki *zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów