

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-22 KUCHNIA GŁÓWNA

Dieta	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny / Edycja	SUMA
Podstawowa	makaron na mleku 300 ml (MLE, GLU, JAJ) kawa zbożowa na mleku z cukrem 250 ml (MLE, GLU) chleb zwykły 70 g (GLU) schab farmerski 60 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) sałata 35 g Chleb razowy 30 g (GLU) masło roślinne 20 g	zupa kalafiorowa z ziemniakami i ciecierzycą 400 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) Gulasz wieprzowy z warzywami 300 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) napój z soku malinowego 250 ml (JAJ) surówka z czerwoną kapustą 120 g (JAJ) kasza jęczmienna 150 g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR)	herbata z cukrem 250 ml pasta drobiowa z brokulem i słonecznikiem 75 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, ZIA) ser żółty 30 g (MLE) chleb zwykły 70 g (GLU) ogórek konserwowy 100 g Chleb razowy 30 g (GLU) masło roślinne 20 g	chrupki kukurydziane 30 g (MLE, ORZ, SOJ)	Energia 2247 kcal Białko ogółem 100 g Tłuszcz 80 g Węglowodany ogółem 298 g Błonnik pokarmowy 31 g Sód 3893 mg Laktoza 20 g Sacharoza 31 g kw. tłuszcz. nasycone ogółem 23 g <i>cukry og. 51 g</i>
lekkostrawna	makaron na mleku 300 ml (MLE, GLU, JAJ) kawa zbożowa na mleku z cukrem 250 ml (MLE, GLU) chleb pszenny 100 g (GLU) sałata 35 g masło roślinne 20 g schab farmerski 60 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) napój z soku malinowego 250 ml kasza jęczmienna 150 g (MLE, GLU, ORZ, SEL, SOJ, GOR) gulasz wieprzowy z warzywami 300 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) brokuł gotowany 120 g	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenny 100 g (GLU) masło roślinne 20 g Pasta drobiowa z brokulem 75 g (SEL, SOJ, GOR) pomidor 100 g	chrupki kukurydziane 30 g (MLE, ORZ, SOJ)	Energia 2044 kcal Białko ogółem 82 g Tłuszcz 78 g Węglowodany ogółem 291 g Błonnik pokarmowy 27 g Sód 3680 mg Laktoza 20 g Sacharoza 24 g kw. tłuszcz. nasycone ogółem 21 g <i>cukry og. 44 g</i>

* potrawe gotowane

SPW ZOZ w Stargardzie

Wojska Polskiego 27, 73-110, Stargard

Oznaczenia alergenów:

MLE - MLEKO,
GLU - Gluten,
JAJ - Jaja kurze,
ORZ - Orzechy ziemne,
ORZ - Orzechy archaidowe,
ORZ - Orzechy włoskie,
SEL - Seler,
DWU - Dwutlenek siarki / siarczyny,
RYB - Ryby,
SKO - Skorupiaki,
MIĘ - Mięczaki,
SOJ - Soja,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
ZIA - Ziarno sezamu,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,