

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2024-04-23 KUCHNIA GŁÓWNA

Dieta	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Positek nocny	SUMA
Podstawowa	placki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU) kawa zbożowa na mleku z cukrem 250 ml (MLE, GLU) chleb zwykły 70 g (GLU) szynka klasyczna 60 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) pomidor 100 g chleb razowy 30 g (GLU) masło roślinne 20 g	zupa pomidorowa z makaronem 400 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) napój z soku malinowego 250 ml potrawka z kurczaka z warzywami 200 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) ziemniaki 200 g mizeria 120 g (MLE)	herbata z cukrem 250 ml salata 35 g chleb zwykły 70 g (GLU) serek topiony 50 g (MLE) chleb razowy 30 g (GLU) masło roślinne 20 g ser żółty 30 g (MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Energia 2161 kcal Białko ogółem 93 g Tłuszcz 85 g Węglowodany ogółem 269 g Błonnik pokarmowy 24 g Sód 4364 mg Laktoza 27 g Sacharoza 28 g kw. tłuszcz. nasycone ogółem 31 g
lekkostrawna	chleb pszenny 100 g (GLU) masło roślinne 20 g kawa zbożowa na mleku z cukrem 250 ml (MLE, GLU) szynka klasyczna 60 g (MLE, GLU, SEL, SOJ, GOR) placki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU) pomidor 100 g	zupa pomidorowa z makaronem 400 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) napój z soku malinowego 250 ml potrawka z kurczaka z warzywami 200 g (MLE, GLU, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, ZIA) surówka z marchwi 120 g ziemniaki 200 g	chleb pszenny 100 g (GLU) masło roślinne 20 g herbata z cukrem 250 ml szynka drobiowa 60 g (MLE, SEL, SOJ, GOR) marmolada 30 g salata 35 g	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Energia 2076 kcal Białko ogółem 90 g Tłuszcz 72 g Węglowodany ogółem 282 g Błonnik pokarmowy 24 g Sód 4129 mg Laktoza 24 g Sacharoza 37 g kw. tłuszcz. nasycone ogółem 19 g

2024-04-23 wtorek

* potrawe durowe

cukry ep. 55 g

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,
MIE - Mięczaki,
SOJ - Soja,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
ZIA - Ziarno sezamu,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,