



**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.04.2024**

	<b>Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajanych węglowodanów</b> 2066 kcal białko – 93g tłuszcz – 77g NKT – 26g węglowodany – 273g cukry ogółem – 46g błonnik pokarmowy – 35g sól – 6,5g	<b>Dieta łatwostrawna</b> 2010 kcal białko – 96g tłuszcz – 61g NKT – 26g węglowodany – 281g cukry ogółem – 60g błonnik pokarmowy – 28g sól – 5,5g
<b>Śniadanie</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Jogurt naturalny 150g (MLE) Baleron gotowany 30g (SOJ, GLU) Ser topiony 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Mandarynki 100g Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Kawa zbożowa gotowana na mleku 200ml (MLE, GLU) Baleron gotowany 30g (SOJ, GLU) Ser topiony 50g (MLE) Pomidor 100g Sałata 20g Mandarynki 100g
<b>Obiad</b>	Krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL, SOJ, SEZ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Kotlet mielony (smażony) 120g (GLU, JAJ, MLE, SEZ, ORZ, SOJ) Fasolka szparagowa (mrożona) gotowana 150g Kompot 200ml	Krupnik 350ml (GLU, MLE, SEL, SOJ, SEZ, GOR, S02) Ziemniaki gotowane 200g Pulpety gotowane w sosie własnym 140g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02, JAJ) Fasolka szparagowa (mrożona) gotowana 150g Kompot 200ml
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 90g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEZ, ORZ) Masło 10g (MLE) Polędwica drobiowa 50g (MLE, SOJ, SEL) Sałatka jarzynowa 220g (MLE, JAJ, GOR, SEL) Herbata 200ml	Bułka wrocławska 60g (GLU) Masło 10g (MLE) Polędwica drobiowa 5g (MLE, SOJ, SEL) Sałatka jarzynowa 220g (MLE, JAJ, GOR, SEL) Herbata 200ml
<b>Posilek nocny</b>	Mus owocowy Maślanka 330ml (MLE)	Mus owocowy Maślanka 330ml (MLE)

GLU – zboża zawierające gluten  
MLE – mleko i produkty pochodne  
SEL – seler i produkty pochodne  
JAJ – jaja i produkty pochodne  
SOJ – soja i produkty pochodne  
GOR – gorczyca i produkty pochodne

S02 – dwutlenek siarki/siarczyny  
ORZ – orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały  
SEZ – nasiona sezamu i pochodne  
RYB – ryby i pochodne  
OZI – orzeszki ziemne i pochodne