

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.08.2025, PIĄTEK

		ŚNIADANIE	DRUGIE ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSILEK WIECZORNY
Dieta cukrzycowa (x5)(5):	→	zupa mleczna z ryżem 300ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Kawa, napar bez cukru *(glu), Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D, Pomidor, Sałata, Ser twarogowy półtłusty *(mle)	Jabłko	zupa ziemniaczana *(glu, sel, mle), Kompot, pulpet z ryby w sosie *(glu, ryb, jaj), surówka z kapusty czerwonej, Ziemniaki gotowane	kanapka z wędliną *(glu, sel, gor)	margaryna Lactima 10g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml, Chleb wiejski *(glu), Chleb żytni razowy *(glu), Jaja gotowane *(jaj), Ogórek, Sałata	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem
	↺	Ryż biały - 25g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 300ml, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Kawa, napar bez cukru - 250g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 10g, Pomidor - 120g, Sałata - 10g, Ser twarogowy półtłusty - 70g	Jabłko - 150g	Mąka pszenna, typ 500 *(glu) - 15g, Marchew - 40g, Pietruszka, korzeń - 25g, Pietruszka, liście - 15g, Seler korzeniowy *(sel) - 30g, Ziemniaki, średnio - 640g, Woda - 550ml, Olej rzepakowy tłoczony na zimno - 10g, Mieszanka owocowa, mrożona - 50g, miruna ryba - 150g, Jaja kurze całe *(jaj) - 10g, Bułka czerstwa *(glu) - 10g, Kapusta czerwona - 90g, Olej rzepakowy - 5g, ocet - 2g, Cukier - 5g, Cebula - 20g, Jabłko - 50g	kiełbasa szynkowa - 20g, Margaryna miękka, 60% tłuszczu, z witaminami A i D - 2g, Sałata - 2g, Chleb żytni razowy *(glu) - 25g	Kawa zbożowa *(glu) - 5g, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu *(mle) - 200ml, margaryna Lactima 10g - 5g, Chleb wiejski - 25g, Chleb żytni razowy - 30g, Jaja gotowane - 100g, Ogórek - 50g, Sałata - 10g	Maślanka spożywcza, 0,5% tłuszczu, z wapniem - 350g

*Oznaczenia alergenów: gor - Gorczyca, glu - Gluten, ryb - Ryby, jaj - Jaja, sel - Seler, mle - Mleko

J - Jadłospis G - Gramatura