Jadlospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-02-16**

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Składniki odżywcze			
			Gramatura	Jm	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
1	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
2	Śniadanie	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
3	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
4	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
5	Śniadanie	Ciasto drożdżowe	50	g	219.5	5.5	7.0	33.0
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
7	Śniadanie	Dżem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Składniki odżywcze			
			Gramatura	Jm	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt.	1	szt	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Obiad	Krupnik jęczmienny ()	400	ml	132.9	3.5	2.0	27.1
10	Obiad	Ziemniaki ()	200	g	252.3	5.5	0.3	59.5
11	Obiad	Ryba pieczona (Morszczuk)	120	g	260.1	39.8	11.1	0.0
12	Obiad	Warzywa po grecku ()	200	g	160.3	4.4	4.8	29.1
13	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
14	Podwieczorek	Kisiel o smaku cytrynowym z/c	150	ml	114.1	0.0	0.0	28.5

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Składniki odżywcze			
			Gramatura	Jm	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
15	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
16	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
17	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
18	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
19	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
20	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Składniki odżywcze			
			Gramatura	Jm	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
21	Kolacja	Serek śniadaniowy ziołowy 80g	1	szt	155.2	8.8	12.0	2.6
22	Kolacja	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
23	Kolacja	Sałata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
24	Posiłek nocny	Serek wiejski ziarnisty 200g	1	szt	230.0	24.0	14.0	4.0
Razem:			**1642**		**2480.6**	**121.9**	**75.6**	**342.3**

Wartość odżywcza:

Dieta Kod	Dieta Nazwa	Data	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal]	Białko ogółemwg rozp. 1169/2011[g]	Tłuszcz[g]	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem[g]	Węglowodany ogółem[g]	w tym cukry[g]	Błonnik pokarmowy[g]	Sól[g]	WW[Por]	% energii z białka[%]	% energii z węglowowodanów[%]	% energii z tłuszczu[%]	% energii z błonnika[%]	Potas[mg]
KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	lut 16, 2024	2480.6	121.9	75.6	32.6	342.3	101.0	26.2	8.2	31.7	19.6	51.0	27.4	2.1	3959.0

Jadlospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-02-16**

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
1	Śniadanie	**Herbata czarna ekspresowa 2g koperta** undefinedUkryj	1	szt	
		Woda Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
2	Śniadanie	**Cukier 4g (saszetka)** undefined	1	szt	
3	Śniadanie	**Bułka pszenno-żytnia 50g** (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***)	1	szt	**Mąka pszenna nv** (***GLU PSZ,***), **Mąka żytnia nv** (***GLU ŻYT,***), Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Olej palmowy częściowo utwardzony , Kwas askorbinowy , **Gluten pszenny** (***GLU PSZ,***), Olej słonecznikowy nv , Enzymy ,
4	Śniadanie	**Masło porcjowane 10g (82% tł.)** (***MLE,***)	1	szt	**Śmietanka pasteryzowana** (***MLE,***),

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
5	Śniadanie	**Ciasto drożdżowe** (***GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,***)	50	g	**Mąka pszenna nv** (***GLU PSZ,***), Cukier , Sól , Emulgatory , E471 , E481 , E300 , **Gluten pszenny** (***GLU PSZ,***), Maltodekstryna , Glukoza , E160b , Olej rzepakowy nv , **Jaja pasteryzowane** (***JAJ,***), **Margaryna o zawartosci 80% tł do pieczenia i smażena kostka nv** (***MLE,***), Olej roślinny palmowy , Olej kokosowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , Woda , Mono-i diglicerydy kwasów tłuszczowych , Lecytyny , Kwas cytrynowy , Barwnik annato , Drożdże piekarskie , Rodzynki sułtańskie nv , **Dwutlenek siarki** (***S02,***),
6	Śniadanie	**Serek homo. naturalny** (***MLE,***)	50	g	**Twaróg chudy nv** (***MLE,***), **Śmietanka** (***MLE,***), E202 , Chlorek wapnia ,
7	Śniadanie	**Dżem 25 g** undefined	1	szt	Cukier , Syrop glukozowo-fruktozowy , Wiśnie , Woda , Substancja żelująca , Pektyny , Regulator kwasowości , Kwas cytrynowy , Substancje zagęszczające , Guma guar , Substancje konserwujące , Sorbinian potasu ,
8	Śniadanie	**Jabłko pieczone 1szt.** undefined	1	szt	
9	Obiad	**Krupnik jęczmienny ()** (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***)Ukryj	400	ml	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Woda			
		Kasza jęczmienna nv(GLU JĘCZ)			
		Marchew			
		Seler(SEL)			
		Mleko 2% nv(MLE)			
		Pietruszka korzeń			
		Śmietanka nv(MLE)			
		Sól			
		Pietruszka natka			
10	Obiad	**Ziemniaki ()** undefinedUkryj	200	g	
		Ziemniaki			
		Sól			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
11	Obiad	**Ryba pieczona (Morszczuk)** (***RYB,***)Ukryj	120	g	**Morszczuk filet b/s skł asor** 51 % (***RYB,***), Woda 25 %, Stabilizatory , E451 , Rozmaryn , Bazylia suszona , Majeranek ,
		Morszczuk północnopacyficzny filet b/s mrożony 25% glazury(RYB)			
		Olej rzepakowy nv			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
		Zioła prowansalskie			
12	Obiad	**Warzywa po grecku ()** (***GLU PSZ, SEL,***)Ukryj	200	g	Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,
		Marchew			
		Seler(SEL)			
		Pietruszka korzeń			
		Woda			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Koncentrat pomidorowy 28-30 % nv			
		Mąka pszenna nv(GLU PSZ)			
		Olej rzepakowy nv			
		Cukier			
		Mąka ziemniaczana nv			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
13	Obiad	**Kompot owocowy z jabłkami* z/c** undefinedUkryj	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,
		Woda			
		Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona			
		Jabłka kompotowe			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			
14	Podwieczorek	**Kisiel o smaku cytrynowym z/c** undefinedUkryj	150	ml	Skrobia , Kwasek cytrynowy , Sól , Barwnik , Aromat ,
		Woda			
		Kisiel o smaku cytynowym nv			
		Cukier			
15	Kolacja	**Herbata czarna ekspresowa 2g koperta** undefinedUkryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
16	Kolacja	**Cukier 4g (saszetka)** undefined	1	szt	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
17	Kolacja	**Bułka pszenna długa krojona** (***GLU PSZ,***)	60	g	**Mąka pszenna nv** (***GLU PSZ,***), Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy nv , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,
18	Kolacja	**Bułka pszenno-żytnia 50g** (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***)	1	szt	**Mąka pszenna nv** (***GLU PSZ,***), **Mąka żytnia nv** (***GLU ŻYT,***), Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Olej palmowy częściowo utwardzony , Kwas askorbinowy , **Gluten pszenny** (***GLU PSZ,***), Olej słonecznikowy nv , Enzymy ,
19	Kolacja	**Masło porcjowane 10g (82% tł.)** (***MLE,***)	1	szt	**Śmietanka pasteryzowana** (***MLE,***),
20	Kolacja	**Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona** (***SOJ,***)	50	g	Mięso z kurczaka 30 %, Mięso z indyka 10 %, Woda , Skórki wieprzowe , Skrobia , **Białko sojowe** (***SOJ,***), Sól , E407 , E425 , Maltodekstryna , Glukoza , E451 , E262 , E621 , E316 , Aromat , E250 , Osłonka niejadalna ,
21	Kolacja	**Serek śniadaniowy ziołowy 80g** (***MLE,***)	1	szt	**Twaróg półtłusty nv** (***MLE,***), **Mleko** (***MLE,***), Chlorek wapnia , Kultury bakterii , **Masło 82% tł. nv** (***MLE,***), Sól 0.9 %, **Przyprawa warzywna** 0.8 % (***SOJ, SEL,***), Mączka chleba świętojańskiego , Skrobia modyfikowana kukurydziana , Guma guar , Karboksylmetyloceluloza ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
22	Kolacja	**Pomidor** undefined	80	g	
23	Kolacja	**Sałata zielona** undefined	20	g	
24	Posiłek nocny	**Serek wiejski ziarnisty 200g** (***MLE,***)	1	szt	**Mleko 2% nv** (***MLE,***), **Śmietanka pasteryzowana** (***MLE,***), Sól , Kultury bakterii , Podpuszczka mikrobiologiczna ,

Alergeny:
Mleko i pochodne wraz z laktozą: **MLE**
Zboża zawierające gluten pszenny: **GLU PSZ**
Jaja i pochodne: **JAJ**
Orzeszki ziemne i pochodne: **OZI**
Orzechy: włoskie,laskowe,pekan,nerkowce,migdały,pi: **ORZ**
Seler i pochodne: **SEL**
Dwutlenek siarki / siarczyny: **S02**
Ryby i pochodne: **RYB**
Skorupiaki i pochodne: **SKO**
Mięczaki i pochodne: **MCK**
Soja i pochodne: **SOJ**
Gorczyca i produkty pochodne: **GOR**
Nasiona sezamu i pochodne: **SEZ**
Łubin i produkty pochodne: **ŁUB**
Zboża zawierające gluten żytni: **GLU ŻYT**
Zboża zawierające gluten owsiany: **GLU OW**
Zboża zawierające gluten jęczmienny: **GLU JĘCZ**
Mleko i pochodne bez laktozy: **MLE b/LAK**