

Jadlospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-04-02**

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		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 pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
4	Śniadanie	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
5	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
6	Śniadanie	Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej	50	g	42.5	5.4	1.0	3.0
7	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt.	1	szt	75.0	0.6	0.6	18.1
9	Śniadanie	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
10	Śniadanie	Sałata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
11	Obiad	Brokułowa z ryżem ()	400	ml	117.9	3.8	1.6	23.6

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
12	Obiad	Ziemniaki gotowane ()	200	g	252.3	5.5	0.3	59.5
13	Obiad	Pulpet wieprzowy	100	g	261.1	24.5	14.1	9.2
14	Obiad	Sos koperkowy ()	100	ml	29.1	0.9	0.7	5.0
15	Obiad	Marchew gotowana z olejem ()	200	g	132.9	2.8	5.2	24.1
16	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
17	Podwieczorek	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c	150	ml	110.5	0.1	0.1	27.5
18	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0

LP	Posilek	Danie / Asortyment	Gramatura dania		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]	Składniki odżywcze		
			Gramatura	Jm		Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]
19	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
20	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
21	Kolacja	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
22	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
23	Kolacja	Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ().	50	g	72.0	7.7	3.5	3.0
24	Kolacja	Twarożek z ziołami	60	g	70.1	9.5	2.5	2.3
25	Kolacja	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6

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]
26	Kolacja	Salata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4
27	Posiłek nocny	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g	1	szt	74.0	0.9	0.5	16.0
<b>Razem:</b>			<b>1930</b>		<b>2215.2</b>	<b>91.3</b>	<b>53.6</b>	<b>357.1</b>

Wartość odżywcza:

Dieta Kod	Dieta Nazwa	Data	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[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 węglowodanów[%]	% energii z tłuszczu[%]	% energii z błonnika[%]	Potas[mg]
KRK- SKAW 3 łątwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 łątwo strawna z ogr.tłuszczów	kwi 2, 2024	2215.2	91.3	53.6	19.2	357.1	100.8	30.9	6.4	32.6	16.5	58.9	21.8	2.8	4300.7

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-04-02**

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
1	Śniadanie	<b>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta</b> undefinedUkryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
2	Śniadanie	<b>Cukier 4g (saszetka)</b> undefined	1	szt	
3	Śniadanie	<b>Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ.)</b>	60	g	<b>Mąka pszenna (GLU PSZ.)</b> , Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
4	Śniadanie	<b>Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</b>	1	szt	<b>Mąka pszenna (GLU PSZ,)</b> , <b>Mąka żytnia (GLU ŻYT,)</b> , Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Kwas askorbinowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , <b>Gluten pszenny (GLU PSZ,)</b> , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
5	Śniadanie	<b>Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)</b>	1	szt	<b>Śmietanka pasteryzowana (MLE,)</b> ,
6	Śniadanie	<b>Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej (SOJ,)</b>	50	g	Woda , Filet z kurczaka , Skrobia , Skórki wieprzowe , <b>Białko sojowe (SOJ,)</b> , Sól , Karagen , Konjak , Maltodekstryna , Glukoza , Trifosforany , Octany sodu , Glutaminian monosodowy , Aromat , Izoskorbinian sodu , Azotyn sodu ,
7	Śniadanie	<b>Serek homo. naturalny (MLE,)</b>	50	g	<b>Twaróg chudy (MLE,)</b> , <b>Śmietanka (MLE,)</b> , E202 , Chlorek wapnia ,
8	Śniadanie	<b>Jabłko pieczone 1szt.</b> undefined	1	szt	
9	Śniadanie	<b>Pomidor</b> undefined	80	g	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
10	Śniadanie	<b>Salata zielona</b> undefined	20	g	
11	Obiad	<b>Brokułowa z ryżem ()</b> <b>(<u>MLE</u>, <u>SEL</u>,)</b> <a href="#">Ukryj</a>	400	ml	
		Woda			
		Brokuły mrożone 40-60 mm			
		Ryż biały			
		Marchew			
		<b>Seler(SEL)</b>			
		<b>Mleko 2% (MLE)</b>			
		Pietruszka korzeń			
		<b>Śmietanka (MLE)</b>			
		Sól			
		Pietruszka natka			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
12	Obiad	<b>Ziemniaki gotowane ()</b> undefined <a href="#">Ukryj</a>	200	g	
		Ziemniaki			
		Sól			
13	Obiad	<b>Pulpet wieprzowy (<u>GLU PSZ, JAJ</u>,)</b> <a href="#">Ukryj</a>	100	g	<b>Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,)</b> , Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,
		Łopatka wieprzowa b/k - b/s			
		<b>Bułka pszenna "paryska" (GLU PSZ)</b>			
		Woda			
		Olej rzepakowy			
		<b>Kasza manna (GLU PSZ)</b>			
		<b>Jaja M (JAJ)</b>			
		Sól			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Pieprz czarny mielony			
14	Obiad	<b>Sos koperkowy () (GLU PSZ, MLE, SEL,.)</b> <a href="#">Ukryj</a>	100	ml	
		Woda			
		<b>Mleko 2% (MLE)</b>			
		<b>Śmietanka (MLE)</b>			
		<b>Mąka pszenna (GLU PSZ)</b>			
		Koper zielony			
		Marchew			
		Mąka ziemniaczana			
		<b>Seler(SEL)</b>			
		Pietruszka korzeń			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
15	Obiad	<b>Marchew gotowana z olejem ()</b> undefined <a href="#">Ukryj</a>	200	g	
		Marchew			
		Olej rzepakowy			
		Sól			
16	Obiad	<b>Kompot owocowy z jabłkami* z/c</b> undefined <a href="#">Ukryj</a>	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,
		Woda			
		Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona			
		Jabłka kompotowe			
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
17	Podwieczorek	<b>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c</b> undefinedUkryj	150	ml	Skrobia , Kwasek cytrynowy , Sól , Barwnik , Aromat ,
		Woda			
		Jabłka kompotowe			
		Kisiel o smaku truskawkowym			
		Cukier			
18	Kolacja	<b>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta</b> undefinedUkryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
19	Kolacja	<b>Cukier 4g (saszetka)</b> undefined	1	szt	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
20	Kolacja	<b>Bułka pszenna długa krojona (GLU PSZ,)</b>	60	g	<b>Mąka pszenna (GLU PSZ,)</b> , Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,
21	Kolacja	<b>Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</b>	1	szt	<b>Mąka pszenna (GLU PSZ,)</b> , <b>Mąka żytnia (GLU ŻYT,)</b> , Woda , Drożdże piekarskie , E433 , E471 , E322 , E202 , E330 , Aromat , Karoten , Sól , Cukier , Węglan wapnia , Margaryna oleje roślinne rzepakowy i słonecznikowy , E472e , Kwas askorbinowy , Olej palmowy częściowo utwardzony , <b>Gluten pszenny (GLU PSZ,)</b> , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
22	Kolacja	<b>Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)</b>	1	szt	<b>Śmietanka pasteryzowana (MLE,)</b> ,
23	Kolacja	<b>Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami (). (RYB, SEL,)</b> <a href="#">Ukryj</a>	50	g	<b>Morszczuk filet b/s skł asor 92 % (RYB,)</b> , Woda ,
		<b>Morszczuk austrijski kostka bez ości(RYB)</b>			
		<b>Seler(SEL)</b>			
		Marchew			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Pietruszka korzeń</p> <p>Olej rzepakowy</p> <p>Pietruszka natka</p> <p>Sól</p> <p>Pieprz czarny mielony</p>			
24	Kolacja	<b>Twarożek z ziołami (MLE,)</b> <a href="#">Ukryj</a>	60	g	<b>Mleko 1,5% tł (MLE,)</b> , Kultury bakterii , Chlorek wapnia ,
		<p><b>Twaróg półtłusty (MLE)</b></p> <p><b>Mleko 2% (MLE)</b></p> <p>Oregano suszone</p> <p>Sól</p> <p>Bazyliia suszona</p>			
25	Kolacja	<b>Pomidor</b> undefined	80	g	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
26	Kolacja	<b>Sałata zielona</b> undefined	10	g	
27	Posiłek nocny	<b>Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g</b> undefined	1	szt	Przecier jabłkowy 48 %, Przecier bananowy 25 %, Sok z ananasa 9 %, Sok pomarańczowy z zagęszczonego soku pomarańczowego 7 %, Płatki ryżowe 4 %, Grysik ryżowy 2 %, Sok z zagęszczonych soków z owoców 2.7 %, Przecier owocowy 2.3 %,

#### Alergeny:

Mleko i pochodne wraz z laktozą: **MLE**

Zboża zawierające gluten pszeniczny: **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**