

Jadlospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-05-02**

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 z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona	50	g	45.9	5.3	1.6	3.0
7	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5
8	Śniadanie	Dżem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5
9	Śniadanie	Jabłko pieczone	150	g	75.0	0.6	0.6	18.1
10	Śniadanie	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
11	Śniadanie	Salata zielona	20	g	4.3	0.4	0.1	0.8
12	Obiad	Ziemniaczana ()	400	ml	232.8	5.8	1.6	51.6

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]
13	Obiad	Ryż na sypko	200	g	303.0	5.6	3.6	63.1
14	Obiad	Klopsik wieprzowy	100	g	295.2	23.9	16.1	13.8
15	Obiad	Sos pomidorowy	100	ml	28.5	1.1	0.2	5.8
16	Obiad	Cukinia pieczona z olejem *	200	g	134.2	3.1	10.3	8.3
17	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
18	Podwieczorek	Wafelki	30	g	162.0	1.6	9.3	18.0
19	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
20	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0

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]
21	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
22	Kolacja	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
23	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
24	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6
25	Kolacja	Pasta z twarogu z koperkiem	60	g	74.2	10.3	2.6	2.3
26	Kolacja	Pomidor	80	g	16.5	0.8	0.2	3.6
27	Kolacja	Sałata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4

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]
28	Posiłek nocny	Mus owocowo-warzywny 100g- produkt pasteryzowany	1	szt	46.0	0.5	0.0	10.0
Razem:			1960		2462.2	93.7	70.7	373.0

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	maj 2, 2024	2462.2	93.7	70.7	25.9	373.0	70.5	22.9	6.9	35.0	15.2	920.9	25.8	1.9	3600.2

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-05-02**

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 pszenna długa krojona (GLU PSZ.)	60	g	Mąka pszenna (GLU PSZ.) , 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	Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	1	szt	Mąka pszenna (GLU PSZ,) , Mąka żytnia (GLU ŻYT,) , 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 , Gluten pszenny (GLU PSZ,) , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
5	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,
6	Śniadanie	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona (SOJ,)	50	g	Woda , Mięso drobiowe 38 % , Skrobia , Skórki wieprzowe 4.5 % , Białko sojowe (SOJ,) , Sól , E407 , E425 , Maltodekstryna , Glukoza , E451 , E262 , E621 , Aromat , E316 , E250 ,
7	Śniadanie	Serek homo. naturalny (MLE,)	50	g	Twaróg chudy (MLE,) , Śmietanka (MLE,) , E202 , Chlorek wapnia ,
8	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 ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
9	Śniadanie	Jabłko pieczone undefined	150	g	
10	Śniadanie	Pomidor undefined	80	g	
11	Śniadanie	Salata zielona undefined	20	g	
12	Obiad	Ziemniaczana () (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ukryj	400	ml	
		Ziemniaki			
		Woda			
		Marchew			
		Seler(SEL)			
		Mleko 2% (MLE)			
		Pietruszka korzeń			
		Śmietanka (MLE)			
		Mąka pszenna (GLU PSZ)			
		Sól			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Pietruszka natka			
		Majeranek			
13	Obiad	Ryż na sypko undefinedUkryj	200	g	
		Ryż biały			
		Olej rzepakowy			
		Sól			
14	Obiad	Klopsik wieprzowy (GLU PSZ, JAJ.)Ukryj	100	g	Mąka pszenna (GLU PSZ.) , Woda , Drożdże piekarskie , Cukier , Sól , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , E471 , E472e , E330 , E202 , Aromat , E160b , E170 , E300 ,
		Łopatka wieprzowa b/k - b/s			
		Bułka pszenna "paryska" (GLU PSZ)			
		Olej rzepakowy			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <hr/> <p>Kasza manna (GLU PSZ)</p> <hr/> <p>Jaja M (JAJ)</p> <hr/> <p>Sól</p> <hr/> <p>Pieprz czarny mielony</p>			
15	Obiad	Sos pomidorowy (GLU PSZ,) Ukryj	100	ml	Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,
		<p>Woda</p> <hr/> <p>Koncentrat pomidorowy 28-30 %</p> <hr/> <p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <hr/> <p>Mąka ziemniaczana</p> <hr/> <p>Sól</p>			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Pieprz czarny mielony			
16	Obiad	Cukinia pieczona z olejem * undefined Ukryj	200	g	
		Cukinia mrożona			
		Olej rzepakowy			
		Oregano suszone			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
17	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c undefined Ukryj	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			
18	Podwieczorek	Wafelki (<u>GLU PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>,)	30	g	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,) , Tłuszcz palmowy , Tłuszcz kokosowy , Cukier , Serwatka z mleka (<u>MLE</u>,) , Olej rzepakowy , Śmietanka w proszku 0.6 % (<u>MLE</u>,) , Lecytyna sojowa (<u>SOJ</u>,) , Węglan sodu , Aromat , Sól ,
19	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefinedUkryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
20	Kolacja	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	
21	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona (<u>GLU PSZ</u>,)	60	g	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,) , 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
22	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	1	szt	Mąka pszenna (GLU PSZ,) , Mąka żytnia (GLU ŻYT,) , 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 , Gluten pszenny (GLU PSZ,) , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
23	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,
24	Kolacja	Poładwica 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 ,
25	Kolacja	Pasta z twarogu z koperkiem (MLE,) Ukryj	60	g	Mleko 1,5% tł (MLE,) , Kultury bakterii , Chlorek wapnia ,

Twaróg półtłusty (MLE)

Mleko 2% (MLE)

Koper zielony

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Sól			
26	Kolacja	Pomidor undefined	80	g	
27	Kolacja	Sałata zielona undefined	10	g	
28	Posiłek nocny	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany undefined	1	szt	Jabłka 65 %, Cukinia 15 %, Banany 10 %, Szpinak 5 %, Kiwi 5 %, Witamina C ,

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**