

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-04-17**

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 wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony	50	g	44.6	5.4	1.1	3.3
7	Śniadanie	Twarożek	50	g	60.1	8.2	2.1	1.9
8	Śniadanie	Miód (25g)	1	szt	79.8	0.1	0.0	19.9
9	Śniadanie	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8
10	Śniadanie	Sałata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4
11	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta ()	400	ml	113.4	4.4	1.7	21.4

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 drobiowy	100	g	216.1	20.4	10.9	9.2
14	Obiad	Sos pietruszkowy ()	100	ml	32.9	1.0	1.1	5.0
15	Obiad	Marchew gotowana z olejem ()	150	g	99.7	2.1	3.9	18.1
16	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
17	Podwieczorek	Jogurt truskawkowy 100 g	1	szt	90.0	2.8	2.5	14.0
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	Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona	50	g	60.1	8.4	2.5	0.9
24	Kolacja	Paprykarz rybno (morszczuk)- warzywny (.)	100	g	144.0	11.2	1.5	22.9
25	Kolacja	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8

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]
26	Kolacja	Sałata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4
27	Posiłek nocny	Serek homogenizowany waniliowy 150g	1	szt	205.5	18.0	4.5	19.9
Razem:			1681		2312.2	109.1	54.4	356.4

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 17, 2024	2312.2	109.1	54.4	21.2	356.4	77.3	25.3	7.7	33.1	18.9	1439.5	21.2	2.2	4116.7

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-04-17**

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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony (SOJ,)	50	g	Mięso wieprzowe 46 % , Woda , Skrobia , Białko sojowe (SOJ,) , Sól , Trifosforany , Polifosforany , Octany sodu , Karagen , Glutaminian monosodowy , 5'-rybonukleotydy disodowe , Glukoza , Cukier , Maltodekstryna , Askorbinian sodu , Aromat , Przyprawy , Ekstrakty przypraw , Hydrolizowane białko sojowe (SOJ,) , Ekstrakt drożdżowy , Azotyn sodu ,
7	Śniadanie	Twarożek (MLE,) Ukryj	50	g	Mleko 1,5% tł (MLE,) , Kultury bakterii , Chlorek wapnia ,
		Twaróg półtłusty (MLE)			
		Mleko 2% (MLE)			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
8	Śniadanie	Miód (25g) undefined	1	szt	
9	Śniadanie	Pomidor undefined	40	g	
10	Śniadanie	Sałata zielona undefined	10	g	
11	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.) Ukryj	400	ml	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,) , Woda , Kurkuma ,
		Woda			
		Marchew			
		Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą (GLU PSZ)			
		Kalafior mrożony			
		Brokuły mrożone 40-60 mm			
		Seler(SEL)			
		Mleko 2% (MLE)			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Pietruszka korzeń			
		Śmietanka (MLE)			
		Sól			
		Pietruszka natka			
12	Obiad	Ziemniaki gotowane () undefined Ukryj	200	g	
		Ziemniaki			
		Sól			
13	Obiad	Pulpet drobiowy (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 ,
		Udziec z kurczaka b/k b/s			
		Bułka pszenna "paryska" (GLU PSZ)			
		Woda			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Olej rzepakowy			
		Kasza manna (GLU PSZ)			
		Jaja M (JAJ)			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
14	Obiad	Sos pietruszkowy () (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ukryj	100	ml	
		Woda			
		Śmietanka (MLE)			
		Mąka pszenna (GLU PSZ)			
		Pietruszka natka			
		Marchew			
		Mąka ziemniaczana			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Seler(SEL)			
		Pietruszka korzeń			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
15	Obiad	Marchew gotowana z olejem () undefined Ukryj	150	g	
		Marchew			
		Olej rzepakowy			
		Sól			
16	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c undefined Ukryj	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,
		Woda			
		Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Jabłka kompotowe			
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			
17	Podwieczorek	Jogurt truskawkowy 100 g (MLE,)	1	szt	Mleko 2% (MLE,,) , Truskawka 9 %, Cukier , Skrobia , Pektyny , Koncentrat z marchwi i soku z buraka ćwikłowego , Aromat , Żywe kultury bakterii ,
18	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefinedUkryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
19	Kolacja	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	
20	Kolacja	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
21	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 ,
22	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,
23	Kolacja	Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona (SOJ,)	50	g	Szynka wieprzowa b/k - b/s , Woda , Sól , Białko sojowe (SOJ,) , E451 , E331 , E262 , E407a , E415 , E425 , Skrobia modyfikowana ziemniaczana , E621 , E301 , E316 , Regulator kwasowości , Cukier , Aromat , Ekstrakt drożdżowy , E250 ,
24	Kolacja	Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). (RYB,) Ukryj	100	g	Morszczuk filet b/s skł asor 92 % (RYB,) , Woda , Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,
		Marchew			
		Morszczuk austrijski kostka bez ości(RYB)			
		Ryż biały			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Koncentrat pomidorowy 28-30 %			
		Pietruszka natka			
		Sól			
		Pieprz czarny mielony			
25	Kolacja	Pomidor undefined	40	g	
26	Kolacja	Sałata zielona undefined	10	g	
27	Posiłek nocny	Serek homogenizowany waniliowy 150g (MLE_r)	1	szt	Twaróg chudy (MLE_r), Śmietanka (MLE_r), Cukier , Woda , Syrop glukozowo-fruktozowy , Skrobia modyfikowana kukurydziana. , Pektyny , Karagen , Kurkumina- barwnik , E202 , Chlorek wapnia ,

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**