

Jadlospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-04-30**

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	Solferino ()	400	ml	216.1	6.3	1.9	46.1

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]
12	Obiad	Makaron	200	g	321.4	9.7	4.3	62.0
13	Obiad	Szynka wieprzowa gotowana	120	g	222.7	37.2	8.2	0.0
14	Obiad	Sos pietruszkowy ()	100	ml	32.9	1.0	1.1	5.0
15	Obiad	Dynia duszona z olejem*	200	g	155.2	4.5	5.0	21.3
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	Galaretka drobiowa z udźca kurczaka ().	60	g	35.8	4.5	1.5	1.4
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
26	Kolacja	Salata 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]
27	Posiłek nocny	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g	1	szt	106.8	1.3	0.2	22.8
Razem:			1960		2367.1	109.7	50.0	375.5

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 30, 2024	2367.1	109.7	50.0	19.4	375.5	105.6	24.8	5.5	35.0	18.5	1531.3	19.0	2.1	3961.3

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
1	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefined Ukryj	1	szt	
		<hr/> Woda <hr/> Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
2	Śniadanie	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	
3	Śniadanie	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
4	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>)	1	szt	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ,</u>), Mąka żytnia (<u>GLU ŻYT,</u>), 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 (<u>GLU PSZ,</u>), Olej słonecznikowy , Enzymy ,
5	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (<u>MLE,</u>)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (<u>MLE,</u>),
6	Śniadanie	Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej (<u>SOJ,</u>)	50	g	Woda , Filet z kurczaka , Skrobia , Skórki wieprzowe , Białko sojowe (<u>SOJ,</u>), Sól , Karagen , Konjak , Maltodekstryna , Glukoza , Trifosforany , Octany sodu , Glutaminian monosodowy , Aromat , Izoskorbinian sodu , Azotyn sodu ,
7	Śniadanie	Serek homo. naturalny (<u>MLE,</u>)	50	g	Twaróg chudy (<u>MLE,</u>), Śmietanka (<u>MLE,</u>), E202 , Chlorek wapnia ,
8	Śniadanie	Jabłko pieczone 1szt. undefined	1	szt	
9	Śniadanie	Pomidor undefined	80	g	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
10	Śniadanie	Salata zielona undefined	20	g	
11	Obiad	Solferino () (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ukryj	400	ml	Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,
		Woda			
		Ziemniaki			
		Koncentrat pomidorowy 28-30 %			
		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			
12	Obiad	Makaron (<u>GLU PSZ</u>,)Ukryj	200	g	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,), Woda , Kurkuma ,
		Makaron z pszenicy zwyczajnej z kurkumą (GLU PSZ)			
		Olej rzepakowy			
		Sól			
13	Obiad	Szynka wieprzowa gotowana undefinedUkryj	120	g	
		Szynka wieprzowa b/k - b/s			
		Sól			
14	Obiad	Sos pietruszkowy () (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,)Ukryj	100	ml	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Woda</p> <p>Śmietanka (MLE)</p> <p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <p>Pietruszka natka</p> <p>Marchew</p> <p>Mąka ziemniaczana</p> <p>Seler(SEL)</p> <p>Pietruszka korzeń</p> <p>Sól</p> <p>Pieprz czarny mielony</p>			
15	Obiad	Dynia duszona z olejem* (GLU PSZ,.) Ukryj	200	g	
		Dynia mrożona			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <hr/> <p>Olej rzepakowy</p> <hr/> <p>Sól</p> <hr/> <p>Pieprz czarny mielony</p>			
16	Obiad	<p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c</p> <p>undefined Ukryj</p> <hr/> <p>Woda</p> <hr/> <p>Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona</p> <hr/> <p>Jabłka kompotowe</p> <hr/> <p>Cukier</p> <hr/> <p>Kwasek cytrynowy</p>	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,

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

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
20	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 ,
21	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>)	1	szt	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ,</u>) , Mąka żytnia (<u>GLU ŻYT,</u>) , 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 (<u>GLU PSZ,</u>) , Olej słonecznikowy , Enzymy ,
22	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (<u>MLE,</u>)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (<u>MLE,</u>) ,
23	Kolacja	Galaretka drobiowa z udźca kurczaka (). (<u>SEL,</u>)Ukryj	60	g	Żelatyna wieprzowa ,
<hr/> <p>Woda</p> <hr/> <p>Udziec z kurczaka b/k b/s</p> <hr/> <p>Marchew</p> <hr/> <p>Seler(SEL)</p> <hr/>					

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Pietruszka korzeń			
		Żelatyna spożywcza			
		Pietruszka natka			
		Sól			
24	Kolacja	Twarożek z ziołami (MLE,) Ukryj	60	g	Mleko 1,5% tł (MLE,) , Kultury bakterii , Chlorek wapnia ,
		Twaróg półtłusty (MLE)			
		Mleko 2% (MLE)			
		Oregano suszone			
		Sól			
		Bazyliia suszona			
25	Kolacja	Pomidor undefined	80	g	
26	Kolacja	Sałata zielona undefined	10	g	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
27	Posilek nocny	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g (MLE,)	1	szt	Przecier jabłkowy 65 %, Przecier brzoskwiniowy 25 %, Fruktaza , Twaróg półtłusty 5 % (MLE,), Substancje zagęszczające , Skrobia modyfikowana , Regulator kwasowości , Kwas cytrynowy , Przeciwutleniacze , Kwas askorbinowy ,

Alergeny:

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

Zboża zawierające gluten pszenicy: **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**