

Jadłospis dla: Dieta: **KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów**, Data: **2024-05-20**

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	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
5	Śniadanie	Rogal drożdżowy 80g	1	szt	253.6	6.8	4.2	48.2
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny	50	g	45.5	7.0	1.3	1.5

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]
7	Śniadanie	Dzem 25 g	1	szt	41.5	0.1	0.1	10.5
8	Śniadanie	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8
9	Śniadanie	Salata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4
10	Obiad	Solferino ()	400	ml	216.1	6.3	1.9	46.1
11	Obiad	Ryż na sypko	200	g	303.0	5.6	3.6	63.1
12	Obiad	Mus z jabłek () z/c	100	g	90.0	0.6	0.6	21.9
13	Obiad	Jogurt truskawkowy 100 g	1	szt	90.0	2.8	2.5	14.0
14	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c	250	ml	48.3	0.2	0.1	12.1
15	Podwieczorek	Herbatniki Be Be 14g	1	szt	64.5	0.9	2.4	9.9

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]
16	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta	1	szt	0.0	0.1	0.0	0.0
17	Kolacja	Cukier 4g (saszetka)	1	szt	31.9	0.0	0.0	8.0
18	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona	60	g	165.6	5.3	0.9	34.6
19	Kolacja	Bułka pszenno- żytnia 50g	1	szt	150.0	4.6	1.8	29.3
20	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.)	1	szt	74.8	0.1	8.3	0.1
21	Kolacja	Polędwica Sopocka drobiowo- wieprzowa wędzona parzona	50	g	45.9	6.3	1.1	2.6

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]
22	Kolacja	Twarożek	50	g	60.1	8.2	2.1	1.9
23	Kolacja	Pomidor	40	g	8.3	0.4	0.1	1.8
24	Kolacja	Sałata zielona	10	g	2.2	0.2	0.0	0.4
25	Posiłek nocny	Serek homo naturalny 150g	1	szt	124.5	15.0	5.3	4.5
Razem:			1332		2098.4	76.7	45.4	355.4

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 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów	maj 20, 2024	2098.4	76.7	45.4	17.8	355.4	61.5	15.7	4.9	34.2	14.6	570.9	19.5	1.5	2132.6

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 ,
4	Śniadanie	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (<u>MLE.</u>)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (<u>MLE.</u>) ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
5	Śniadanie	Rogal drożdżowy 80g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)	1	szt	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u> ,), Woda , Cukier , Olej roślinny palmowy , Olej rzepakowy , Olej słonecznikowy , Tłuszcz roślinny rzepakowy częściowo uwodorniony , Sól , E471 , Monoglicerydy kwasów tłuszczowych , Lecytyna słonecznikowa , Aromat , Regulator kwasowości , Kwas cytrynowy , Barwnik , Annato-barwnik , Witamina A,D3,E , Emulgatory , E433 , E322 , E202 , E330 , Karoten , Drożdże piekarskie , Jaja pasteryzowane (<u>JAJ</u> ,), Serwatka w proszku (<u>MLE</u> ,), Węglan wapnia , E472e ,
6	Śniadanie	Serek homo. naturalny (<u>MLE</u> ,)	50	g	Twaróg chudy (<u>MLE</u> ,), Śmietanka (<u>MLE</u> ,), 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	Pomidor undefined	40	g	
9	Śniadanie	Sałata zielona undefined	10	g	
10	Obiad	Solferino () (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ukryj	400	ml	Koncentrat pomidorowy , Woda , Sól ,

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		<p>Woda</p> <p>Ziemniaki</p> <p>Koncentrat pomidorowy 28-30 %</p> <p>Marchew</p> <p>Seler(SEL)</p> <p>Mleko 2% (MLE)</p> <p>Pietruszka korzeń</p> <p>Śmietanka (MLE)</p> <p>Mąka pszenna (GLU PSZ)</p> <p>Sól</p> <p>Pietruszka natka</p>			
11	Obiad	Ryż na sypko undefined Ukryj	200	g	
		<p>Ryż biały</p>			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Olej rzepakowy			
		Sól			
12	Obiad	Mus z jabłek () z/c undefinedUkryj	100	g	E330 ,
		Jabłka kompotowe			
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			
		Cynamon			
13	Obiad	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 ,
14	Obiad	Kompot owocowy z jabłkami* z/c undefinedUkryj	250	ml	Śliwka , Porzeczka czarna , Porzeczka czerwona , Truskawka , E330 ,
		Woda			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Mieszanka kompotowa 4 skł. mrożona			
		Jabłka kompotowe			
		Cukier			
		Kwasek cytrynowy			
15	Podwieczorek	Herbatniki Be Be 14g (<u>GLU PSZ</u>, <u>MLE</u>,)	1	szt	Mąka pszenna (<u>GLU PSZ</u>,) , Cukier , Tłuszcz roślinny , Oleje i tłuszcze roślinne , Syrop cukru inwertowanego , Serwatka z mleka (<u>MLE</u>,) , E322 , Sól , E500 , E450 , Aromat ,
16	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta undefined Ukryj	1	szt	
		Woda			
		Herbata czarna ekspresowa 2g koperta			
17	Kolacja	Cukier 4g (saszetka) undefined	1	szt	

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
18	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 ,
19	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 ,
20	Kolacja	Masło porcjowane 10g (82% tł.) (MLE,)	1	szt	Śmietanka pasteryzowana (MLE,) ,
21	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 ,
22	Kolacja	Twarożek (MLE,) Ukryj	50	g	Mleko 1,5% tł (MLE,) , Kultury bakterii , Chlorek wapnia ,
		Twaróg półtłusty (MLE)			

LP	Posilek Kod	Danie / Alergeny	Gramatura	jm Gramatura Dania	Składniki
		Mleko 2% (MLE)			
23	Kolacja	Pomidor undefined	40	g	
24	Kolacja	Sałata zielona undefined	10	g	
25	Posiłek nocny	Serek homo naturalny 150g (MLE _r)	1	szt	Mleko 2% (MLE _r), Kultury bakterii , 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**

Gorzycza 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**