**JADŁOSPIS 20/08/2018 –26/08/2018**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA ZOL | | | |
| DZIEŃ | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA |
| ***20/08/2018***  ***Poniedziałek*** | Chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), dżem 70g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), bigos 200g(1,6,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), wędlina drobiowo wieprzowa 30g(1,6,7,9,10), pomidor 35g, herbata 250ml |
| ***21/08/2018***  ***Wtorek*** | Chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), pasztet drobiowy 50g(1,6,7,9), ogórek świeży 25g  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa ziemniaczana 350ml(1,6,7,9), kartacze z masłem 250g(1,3,7), brokuł gotowany 100g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), parówka drobiowa 70g(1,7,9,10), herbata 250ml |
| ***22/08/2018***  ***Środa*** | Chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), ser żółty 50g(7), liść sałaty  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa krupnik 350ml(1,6,9), wątróbka wieprzowa duszona 120g(1,6,9), surówka warzywna 100g(1,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), wędlina drobiowo wieprzowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***23/08/2018***  ***Czwartek*** | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7), chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), wędlina drobiowa 40g(1,6,7,9,10), papryka 30g | Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml(1,6,9), gołąbki po meksykańsku w sosie pomidorowym 180g(1,3,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), wędlina drobiowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***24/08/2018***  ***Piątek*** | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), dżem 70g  Kakao 300ml(1,6,7) | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), ryba miruna smażona 90g(1,3,4), surówka wielowarzywna 100g(1,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), twaróg z rzodkiewką 70g(7)  herbata 250ml |
| ***25/08/2018***  ***Sobota*** | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), parówka drobiowa 70g(1,7,9,10), liść sałaty  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), makaron z sosem śmietanowo serowym 350g(1,3,6,7) | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7), wędlina wieprzowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***26/08/2018***  ***Niedziela*** | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7),  wędlina drobiowa 40g(1,6,7,9,10), ogórek świeży 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa grysikowa 350ml(1,6,9), gulasz wieprzowo jarzynowy 150g(1,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1), miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7),  wędlina drobiowa 50g(1,6,7,9,10) herbata 250ml |

**JADŁOSPIS 20/08/2018–26/08/2018**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DIETA LEKKOSTRAWNA – CUKRZYCOWA ZOL** | | | |
| DZIEŃ | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA |
| ***20/08/2018***  ***Poniedziałek*** | Chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, dżem 70g\* cukrzyca – wędlina drobiowa 50g(1,6,7,9,10)  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), suflet drobiowy 100g(1,4), sos biały 100ml(1,6,7,9), marchewka gotowana 100g, ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65%15g(7)\*, wędlina drobiowo wieprzowa 30g(1,6,7,9,10), pomidor 35g, herbata 250ml |
| ***21/08/2018***  ***Wtorek*** | Chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina drobiowo wieprzowa 40g(1,6,7,9,10), liść sałaty,  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa ziemniaczana 350ml(1,6,7,9), kartacze z masłem 250g(1,3,7), brokuł gotowany 100g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65%15g(7)\*, parówka drobiowa 70g(1,7,9,10), herbata 250ml |
| ***22/08/2018***  ***Środa*** | Chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, twaróg 60g(7)\* cukrzyca- ser żółty 50g(7), liść sałaty  kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa krupnik 350ml(1,6,9), potrawka z kurczaka 150g(1,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina drobiowo wieprzowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***23/08/2018***  ***Czwartek*** | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7), chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina drobiowa 30g(1,6,7,9,10), pomidor 35g | Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml(1,6,9), gołąbki po meksykańsku w sosie pomidorowym 180g(1,3,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina drobiowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***24/08/2018***  ***Piątek*** | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\* dżem 70g\* cukrzyca – ser topiony 50g(7)  Kakao 300ml(1,6,7) | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), ryba miruna gotowana w jarzynach 180g(1,4,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, twaróg z koperkiem 60g(7)  herbata 250ml |
| ***25/08/2018***  ***Sobota*** | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, parówka drobiowa 70g(1,7,9,10), liść sałaty  Kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml(1,6,7,9), makaron z sosem śmietanowym 350g(1,3,6,7) | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina wieprzowa 50g(1,6,7,9,10)  herbata 250ml |
| ***26/08/2018***  ***Niedziela*** | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*,  wędlina drobiowa 30g(1,6,7,9,10), pomidor 35g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml(7) | Zupa grysikowa 350ml(1,6,9), gulasz wieprzowo jarzynowy 150g(1,6,7,9), ziemniaki 200g | chleb firmowy 120g(1)\*, miks tłuszczowy do smarowania 65% 15g(7)\*, wędlina drobiowa 50g(1,6,7,9,10), herbata 250ml |

**\* dania nie dotyczą osób z dietą cukrzycową**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DZIEŃ ZOL** | **II ŚNIADANIE** | **PODWIECZOREK** | **PIECZYWO/ MASŁO**  **SNIADANIE I KOLACJA** |
| 20/08/18 poniedziałek | Jabłko gotowane 1 sztuka | Drożdżówka 30g b/l(1,3,6) | Cukrzyca  70g chleb mieszany razowy  50g chleb firmowy (pszenno-żytni)  Dobre śmietankowe 10g |
| 21/08/18 wtorek | Jogurt naturalny 150g(7) | Biszkopty (1,3,6) |
| 22/08/18 środa | Śliwki 150g | Krakersy 30g(1,3,7) |
| 23/08/18 czwartek | Jogurt naturalny 150g(7) | Jabłko gotowane 1 sztuka |
| 24/08/18 piątek | Sok pomidorowy 150ml | Śliwki 150g |
| 25/08/18 sobota | Drożdżówka 30g b/l(1,3,6) | Kisiel b/c |
| 26/08/18 niedziela | Maślanka 150ml(7) | Krakersy 30g(1,3,7) |

Legenda:

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji

1. zboża zawierające gluten , tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe , a także produkty pochodne etylowego pochodzenia rolniczego;

2. skorupiaki i produkty pochodne;

3. jaja i produkty pochodne;

4. ryby i produkty pochodne;

5. orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. soja i produkty pochodne;

7. mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą);

8. orzechy , tj.migdały ( Amygdalus communis L.), orzechy laskowe (Corylus avellana),orzechy włoskie ( Juglans regia), orzechy nerkowca ( Anacardium occidentale), orzeszki pekan ( Carya illinoinensis ( Wangenh.) K.Koch), orzechy brazylijskie ( Bertholletia Excela), pistacje/ orzechy pistacjowe (Pistacja vera), orzechy akademia lub orzechy Queensland ( Macadamia ternifolia), a także produkty pochodne;

9. seler i produkty pochodne;

10. gorczyca i produkty pochodne;

11. nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. dwutlenek siarki i siarczany w stężeniach powyżej 10mg/kg lub 10mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO 2 dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;

13. łubin i produkty pochodne;

14. mięczaki i produkty pochodne