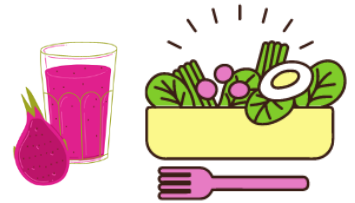




# JADŁOSPIS

19.04.2021 r.



		Dieta Podstawowa	Dieta Łatwo strawna	Dieta Cukrzycowa
2021-04-19 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g ( MLE) Chleb razowy graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60g (MLE) Miód (25g) Ogórek kiszony 50 g Jabłko 1 szt Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g Cukier (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60g (MLE) Miód (25g) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g Cukier (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g (MLE) Chleb razowy graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 1 szt Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g
	Obiad	Jarzynowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki puree 300 g (MLE) Sałatka z buraczków i jabłka 150 g Kompot owocowy 250 ml Cukier (saszetka) 1 szt	Zupa ryżowa 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki puree 300 g (MLE,) Surówka z marchwi 150 g (MLE) Sos szpinakowy 100 ml (GLU PSZ) Kompot owocowy 250 ml Cukier (saszetka) 1 szt	Zupa ryżowa 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki puree 300 g ( MLE, ) Surówka z marchwi 150 g (MLE) Sos szpinakowy 100 ml ( GLU PSZ) Kompot owocowy 250 ml
	Podwieczorek			Serek homo naturalny 150g (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Połędwica produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g Cukier (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Połędwica produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g Cukier (saszetka) 1 szt	Chleb razowy graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) (MLE) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Połędwica produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych 30g (SOJ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana 250 ml Cytryna 5 g