SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ w KRAŚNIKU
ul. CHOPINA 13
23-200 KRAŚNIK
NIP: 715-159-00-90

JADŁOSPIS

Lekkostrawna (dmdz)

Na dzień: 29-05-2024 (Środa)

KRAŚNIK dn.:22-05-2024

ŚNIADANIE

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
1209	Polędwica drobiowa	40 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 s
	Masło	10 g

Wartość kaloryczna _____ [cal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

II ŚNIADANIE

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma

Wartość kaloryczna _____ [cal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

OBIAD

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
01038	Jarzynowa lekk.got. (porcja)	
	Konc.pomidor.30%	10 g
	Marchew	80 g
	Mąka pszenna	10 g
	Pietruszka	30 g
	Selery	30 g
	Mleko	40 g
	Ziemniaki	150 g
	S ó l	10 g
	Jarzynka	2 g
06033	Kurczak got. w sosie jarzynowym (g)	
	Kurczak	200 g
	Marchew	30 g
	Pietruszka	30 g
	Selery	30 g
	Mąka pszenna	20 g
	Mleko 2%	40 g
	Margaryna zw.	5 g
10101	Ryż got.na sypko (g)	
	Ryż	80 g
	Margaryna zw.	7 g
09149	Marchewka got.opr. (g)	
	Margaryna	5 g
	Marchew	180 g
	Cukier	5 g
	Mąka pszenna	5 g
13220	Kompot z jabłek got. (porcja)	
	Jabłka	80 g
	Cukier	20 g

Wartość kaloryczna: _____ [cal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

PODWIECZOREK

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
3309	Wafelki	1 sz

Wartość kaloryczna: _____ [cal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

KOLACJA

Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
1315	Kiełbasa szynkowa	40 g
13103	Herbata,bułka 5.masło (g)	
	Herbata	2 g
	Cukier	20 g
	Bułka 50 g	1 sz
	Masło	10 g
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)	
	Mleko	400 g
	Płatki owsiane	30 g

Wartość kaloryczna: _____ [cal]
Wartość zestawu: _____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
11586.00	2765.00	41.96	16.81	432.45	140.22	87.81	14.95	1134.07	70.87	187.90

POSIŁEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	
Obiad	Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

DIETETYK

....

BEATA WYDRA-WERESKA