

Żyrardów		Jadłospis
posiłek	rodzaj diety	czwartek, 26 grudnia
	dieta podstawowa	płatki jęczmienne na mleku (300ml mleko+45g płatków), pieczywo mieszane pszenno-żytnie 90g, masło 14g, wędlina wieprzowa 50g, pasta twarogowo-jajeczna 70g, sałata 15g, ogórek 65g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, soja, jaja
	dieta łatwostrawna	płatki jęczmienne na mleku (300ml mleko+45g płatków), pieczywo pszenne 84g, masło 14g, wędlina wieprzowa 50g, pasta twarogowo-buraczana 70g, pomidor 65g, sałata 15g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, soja
	dieta cukrzycowa -5 posiłków	jogurt naturalny z płatkami jęczmiennymi 160g, pieczywo razowe 112g, masło 14g, wędlina wieprzowa 50g, pasta twarogowo-jajeczna 70g, ogórek 65g, sałata 15g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, soja, jaja
		<b>II śniadanie</b> : chleb razowy 38g, wędlina szynkowa 24g, rzodkiewka 50g, masło 5 g /alergeny: mleko, gluten
obiad	dieta podstawowa	biały barszcz 400ml / alergeny: seler, mleko, gluten
		pierogi z mięsem 300g, surówka z kiszonym ogórkiem 150g, kompot wieloowocowy 250ml / alergeny: gluten, seler, jaja, gorczyca
	dieta łatwostrawna	lekkostrawny biały barszcz 400ml / alergeny: seler, mleko, gluten
		pierogi z mięsem 300g, bukiet warzyw 150g, kompot wieloowocowy 250ml / alergeny: gluten, seler, jaja, gorczyca
	dieta cukrzycowa - 5 posiłków	biały barszcz 400ml / alergeny: seler, mleko, gluten
		pierogi z mięsem 300g, surówka z kiszonym ogórkiem 150g, kompot wieloowocowy 250ml / alergeny: gluten, seler, jaja, gorczy
podwieczorek	dieta podstawowa	jabłko pieczone pod owsianym crumble 130g / alergeny: gluten, mleko
	dieta łatwostrawna	jabłko pieczone pod owsianym crumble 130g / alergeny: gluten, mleko
	dieta cukrzycowa-5 posiłkowa	jabłko pieczone pod owsianym crumble b.c. 130g / alergeny: gluten, mleko
kolacja	dieta podstawowa	pieczywo pszenno-żytnie 90g, masło 14g, wędlina drobiowa 40g, pasta z makreli i twarogu z koperkiem 70g, papryka 65g, sałata 15g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, ryba
	dieta łatwostrawna	pieczywo mieszane pszenne 84g, masło 14g, wędlina drobiowa 40g, pasta z tuńczyka i twarogu z koperkiem 70g, pomidor 65g, sałata 15g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, ryba
	dieta cukrzycowa- 5 posiłkowa	pieczywo razowe 112g, masło 14g, wędlina drobiowa 40g, pasta z makreli i twarogu z koperkiem 70g, papryka 65g, sałata 15g, herbata 250ml / alergeny: gluten, mleko, ryba
		<b>II kolacja</b> : pasta warzywna 35g, pieczywo chrupkie, razowe 10g, pomidor 50g / alergeny: gluten