Grek RTC Sp. z o.o.

ul. Piątkowska 83r, 95-100, Zgierz

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-28 SEKTOR 2 SKIERNIEW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-28 środa	podst Skier	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z białej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		Kiełbasa cienka wieprzowa 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 80 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	Biszkopty 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	Wartość energetyczna [kcal] 2859 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 125 Węglowodany ogółem [g] 339 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Skier	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) polędwica drobiowa z wieprzowiną 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 150 g (***GLUTEN, SELER***) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	Biszkopty 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	Wartość energetyczna [kcal] 2421 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 376 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa Skier	ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml papryka świeża 50 g	serek wiejski 150 g	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 80 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (***GLUTEN***) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2636 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 131 Węglowodany ogółem [g] 261 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 35
	Rehabilitacja Dieta Podstawowa	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z białej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		Kiełbasa cienka wieprzowa 60 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 80 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	Biszkopty 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	Wartość energetyczna [kcal] 2907 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 125 Węglowodany ogółem [g] 351 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 28
	dzieci Skier	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLEKO***) ser żółty (1) 50 g (***MLEKO***) szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z białej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 80 g MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (***GLUTEN***) herbata 250 ml	Biszkopty 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	Wartość energetyczna [kcal] 3111 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 136 Węglowodany ogółem [g] 366 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 30

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.

Grek RTC Sp. z o.o.

ul. Piątkowska 83r, 95-100, Zgierz

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-05-28 SEKTOR 2 SKIERNIEW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-28 środa	Dieta Położnicza Lekkostrawna	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (***MLEKO***) szynka polędwicowa 40 g (***GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2***) polędwica drobiowa z wieprzowiną 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA***) MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) kawa zbożowa na mleku 200 ml (***GLUTEN, MLEKO***)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (***SELER***) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (***GLUTEN, SELER***) warzywa gotowane 150 g (***GLUTEN, SELER***) napoj owocowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (***GLUTEN, JAJA, ORZECHY , SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM***) Jabłko 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (***MLEKO***) pieczywo pszenne 130 g (***GLUTEN***) Herbata 250 ml	Biszkopty 30 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO***) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (***MLEKO***)	Wartość energetyczna [kcal] 2734 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 403 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 29

Własność Grek RTC Sp.z o.o. Wszelkie prawa zastrzeżone.Wykaz alergenów i skladniki potraw u dietetyka szpitala lub w siedzibie firmy.