

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2024-11-18 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Śledzik w oleju 60 g (RYB) Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,5 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 316,9 suma cukrów prostych [g] 74,9 Sól [g] 15,5
	Łatwostrawna Scanned	Chleb psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g jajko gotowane 1 szt. 1 g Baton szynkowy dr 40 g (SOJ) Pomidor 50 g Jabłko 130 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 60g, żytni 60g N 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Ser topiony 50 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 70 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 041 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych [g] 39,5 Sól [g] 7,6
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,7 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 8,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-18 poniedziałek

Cukrzycowa Scanned	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Jajko gotowane 50 g Baton szynkowy dr 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 50 g	Jabłko 130 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyczo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser topiony 50 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Rzodkiewka 80 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,2 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 261,9 suma cukrów prostych [g] 22 Sól [g] 11
Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,7 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 8,1
wątrobowal/trzustkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,7 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 8,1
Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,9 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-18 poniedziałek	Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Śledzik w oleju 60 g (RYB) Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,7 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 292,6 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 18
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,9 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 354,7 suma cukrów prostych [g] 103,9 Sól [g] 7,2
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (GLU)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 488,7 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 367,9 suma cukrów prostych [g] 92,8 Sól [g] 7,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-18 poniedziałek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,5 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 315,9 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 10,6
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 455,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 339,4 suma cukrów prostych [g] 83,2 Sól [g] 8,8
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 50 g (GLU, RYB, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 341 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 341,2 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 6,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-18 poniedziałek	Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 354,7 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 8,1
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 8,3
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 529,5 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 367,2 suma cukrów prostych [g] 109 Sól [g] 8,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-18 poniedziałek	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Rzodkiewka 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 367,1 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 322,9 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 10,7
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka szkolna wp. 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ryba morszczuk gotowana z warzywami 100 g (GLU, RYB, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 450,5 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 361,7 suma cukrów prostych [g] 105,3 Sól [g] 7,1
2024-11-19 wtorek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Gruszka 110 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Kapusta biała zasmażana z kielbasą 200 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Kluski kładzione 200 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biskopity bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 187 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 377,1 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 8,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-19 wtorek	Łatwostrawna Scanned	Chleb psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Ser żółty 40 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 50 g Śliwka 100 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Pomidor 70 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 990,2 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 302,7 suma cukrów prostych [g] 30,7 Sól [g] 7,8
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,4 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 358 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 7,2
	Cukrzycowa Scanned	Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser żółty 40 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 50 g Herbata bez cukru 250 g	Grejpfrut 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 990,5 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 295,7 suma cukrów prostych [g] 26,7 Sól [g] 9,7
	Dieta wrizodowa/zoładkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,5 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 358,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 7,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-19 wtorek	wątrobowal/tzuskowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,5 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 358,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 7,1
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,6 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 108,7 Węglowodany ogółem [g] 259,5 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 2,1
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 001,1 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 318,8 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 11,1
	Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 532,7 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 395,6 suma cukrów prostych [g] 89,9 Sól [g] 9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-19 wtorek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szyńka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szyńka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 503,2 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 386,1 suma cukrów prostych [g] 92,8 Sól [g] 7,4
Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szyńka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szyńka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 365,5 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 11,4
Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szyńka zielonogórska wp 80 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szyńka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,8 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 357,7 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 7,9
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz warzywny 350 g (GLU) Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 379,6 Białko ogółem [g] 66,2 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 387,7 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 7,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-19 wtorek

Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,5 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 358,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 7,1
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Gruszka 110 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 370,6 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 9,9
Dieta łatwowstrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436,2 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 385,9 suma cukrów prostych [g] 92,6 Sól [g] 7,4
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,9 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 346,7 suma cukrów prostych [g] 65,8 Sól [g] 11,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-19 wtorek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 50 g (GLU, SOJ, GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek z zieleniną 80 g (MLE) Szynka wiśniowa wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,5 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 397 suma cukrów prostych [g] 112,4 Sól [g] 7,2
	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Łopatką wieprzowa pieczona 90 g (GLU) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Ser żółty 40 g (MLE) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 561,7 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 335,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 8,4
2024-11-20 środa	Łatwostrawna Scanned	Chleb psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 40 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Jabłko 130 g		Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 858 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 51,9 Węglowodany ogółem [g] 261,4 suma cukrów prostych [g] 40,2 Sól [g] 8,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-20 środa	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 153,6 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 311 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 8,2
	Cukrzycowa Scanned	Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 40 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE)		Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 870,8 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 257,4 suma cukrów prostych [g] 38,7 Sól [g] 9,4
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 248,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 300,3 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 8,3
	wątrobowaltruskowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 248,1 Białko ogółem [g] 122,4 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 300,3 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 8,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-20 środa	Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 236,8 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 1,9
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,6 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 267,3 suma cukrów prostych [g] 46,2 Sól [g] 11,5
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Łopatka wieprzowa pieczona 90 g (GLU) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Ser żółty 40 g (MLE) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 695,9 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 8
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,8 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 7,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-20 środa	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 013,8 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 274,4 suma cukrów prostych [g] 57 Sól [g] 11,2
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 80 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,8 Białko ogółem [g] 128,3 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 310,7 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 9,4
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Łopátka wieprzowa pieczona 90 g (GLU) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 544,7 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 350,6 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 7,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-20 środa	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,2 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 306,8 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 8
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Łopatką wieprzowa pieczona 90 g (GLU) Sos pieczeniowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Ser żółty 40 g (MLE) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 736,5 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 363,7 suma cukrów prostych [g] 86,1 Sól [g] 8,6
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Połędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny skyr 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,4 Białko ogółem [g] 119,7 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 338,9 suma cukrów prostych [g] 102 Sól [g] 8,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-20 środa	Dieta cukrzycowa ciężła/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Polędwica sopocka wp 40 g (SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,4 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 295,2 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 11,7
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Pierś drobiowa gotowana 20 g (GLU, SEL) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany 90 g (SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z wędliny 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Polędwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,8 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 7,7
	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidła śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 199,8 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 358,6 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 5,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-21 czwartek	Łatwostrawna Scanned	Chleb psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Ser żółty 40 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 130 g		Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor 70 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 955,2 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 303,6 suma cukrów prostych [g] 34 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 364,4 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 5,4
	Cukrzycowa Scanned	Pieczyno żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Ser żółty 40 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 50 g	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno żytnie 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g	C- pieczyno razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 065,5 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 25,3 Sól [g] 8,4
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczyno psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,5 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 379,8 suma cukrów prostych [g] 79,1 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-21 czwartek	wątrobowaltruskowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,5 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 379,8 suma cukrów prostych [g] 79,1 Sól [g] 5,4
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,3 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 258,4 suma cukrów prostych [g] 54,1 Sól [g] 2,1
	Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka gotowana extra wp 20 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,9 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 327 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 7,3
	Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 516,7 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 403,8 suma cukrów prostych [g] 102 Sól [g] 5,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-21 czwartek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 468,4 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 392,2 suma cukrów prostych [g] 100,3 Sól [g] 5,6
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka gotowana extra wp 20 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,4 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 361,8 suma cukrów prostych [g] 88,8 Sól [g] 7,3
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 80 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 309,9 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 364,2 suma cukrów prostych [g] 74,6 Sól [g] 6,3
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Powidla śliwkowe 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 268,2 Białko ogółem [g] 71,8 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 360,8 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 6,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-21 czwartek

Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 364,4 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 5,4
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,6 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 386,5 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 5,5
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,3 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 392,3 suma cukrów prostych [g] 100,4 Sól [g] 5,6
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU) Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) A'la gołąbek 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka gotowana extra wp 20 g (SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 258,7 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 354,9 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 7,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-21 czwartek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Roladka drobiowo-wieprzowa z warzywami pieczona 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Powidla śliwkowe 30 g Rzodkiewka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,3 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 390,1 suma cukrów prostych [g] 98,7 Sól [g] 5,6
	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 140,3 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 316,5 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sól [g] 6,4
	Łatwostrawna Scanned	Chleb psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 50 g Pomidor 70 g Jabłko 130 g		Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 804,7 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 253,1 suma cukrów prostych [g] 29,7 Sól [g] 5,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-22 piątek	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,6 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 53,1 Węglowodany ogółem [g] 322,9 suma cukrów prostych [g] 94,2 Sól [g] 5,5
	Cukrzycowa Scanned	Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 50 g papryka 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 816 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 243,8 suma cukrów prostych [g] 26,3 Sól [g] 6,8
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	jabłko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 063,6 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 5,6
	wątrobowaltrzustkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	jabłko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 063,6 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 307,1 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-22 piątek	Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 337,5 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 107,2 Węglowodany ogółem [g] 254,6 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sól [g] 2,1
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 900,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 49,2 Węglowodany ogółem [g] 278,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 7,4
	Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g papryka 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (GLU)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,9 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 339,2 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 5,9
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (GLU)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,5 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 84 Sól [g] 5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-22 piątek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 063,1 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 7,4
	Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g (GLU, SOJ) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 220 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 322,3 suma cukrów prostych [g] 86,7 Sól [g] 5,6
	Dieta niskobiałkowa/herkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,8 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 364,7 suma cukrów prostych [g] 101,8 Sól [g] 4,9
	Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	jabłko gotowane 130 g	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,6 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 309,9 suma cukrów prostych [g] 81 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-22 piątek	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,8 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 337,7 suma cukrów prostych [g] 96,5 Sól [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Salata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,4 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 350,8 suma cukrów prostych [g] 112,5 Sól [g] 5,7
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 919,7 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 281,6 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 7,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-22 piątek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany 50 g (GLU, SOJ) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa krupnik 400 g (GLU, SEL) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (GLU)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka z liściem wp 40 g (SOJ, SEL) Ser biały półtusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 257,5 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 84 Sól [g] 5
	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Śliwka 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 417,1 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 354,3 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 6
	Łatwostrawna Scanned	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Herbata bez cukru 250 g Szynka konserwowa wp. 50 g (GLU, SOJ, SEL) Jajko gotowane 50 g Sałatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Śliwka 100 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Sałata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 60g, żytni 60g N 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 970 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 265,5 suma cukrów prostych [g] 28,8 Sól [g] 7,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-23 sobota	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 324 suma cukrów prostych [g] 79,9 Sól [g] 7,2
	Cukrzycowa Scanned	Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynka konserwowa wp. 50 g (GLU, SOJ, SEL) Jajko gotowane 50 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Herbata bez cukru 250 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) papryka 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,3 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 278 suma cukrów prostych [g] 32,3 Sól [g] 9,5
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,6 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 77,5 Sól [g] 7,5
	wątrobowalitzuszkowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g (GLU, JAJ) Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,6 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 77,5 Sól [g] 7,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-23 sobota

Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Mus z jabłka płynny z biskopiem 120 g (GLU, JAJ)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe zmielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 354,4 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 253,9 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 2
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 222,2 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 312,4 suma cukrów prostych [g] 45,1 Sól [g] 7,9
Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biskopiy bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 577,4 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 371 suma cukrów prostych [g] 88,8 Sól [g] 5,8
Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biskopiy bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,3 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 323,7 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 6,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-23 sobota

Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 306,5 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 310,2 suma cukrów prostych [g] 43,4 Sól [g] 7,7
Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 50 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Sałata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 276,6 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 324,1 suma cukrów prostych [g] 72,2 Sól [g] 7,7
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz warzywny 350 g (GLU) Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 471,7 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 389 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 4,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-23 sobota	Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata maslowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,8 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 338 suma cukrów prostych [g] 84,5 Sól [g] 7,2
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL)	Śliwka 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g papryka 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 611,9 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 382,9 suma cukrów prostych [g] 90,5 Sól [g] 6,6
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata maslowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,8 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 351,9 suma cukrów prostych [g] 98,2 Sól [g] 7,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-23 sobota	Dieta cukrzycowa ciężalaktacja	Jogurt naturalny kubek 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron razowy gotowany 200 g (GLU) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 340,3 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 8,1
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka konserwowa wp. 20 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Makaron gotowany 200 g (GLU, JAJ) Gulasz drobiowy w sosie pomidorowym 150 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynka gotowana extra wp 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,4 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 335,9 suma cukrów prostych [g] 91,1 Sól [g] 6,7
2024-11-24 niedziela	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,8 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 285,5 suma cukrów prostych [g] 54,9 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-24 niedziela

Łatwostrawna Scanned	Piecztywo psz-żyt 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser żółty 40 g (MLE) Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata bez cukru 250 g Jabłko 130 g		Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo psz-żyt 60g pszen.60g 1 Por (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 017,3 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 241,3 suma cukrów prostych [g] 29,4 Sól [g] 5,7
Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 241,1 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 292,9 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,1
Cukrzycowa Scanned	Piecztywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser żółty 40 g (MLE) Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo razowe 100 g (GLU) mix tłuszczowy 15 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędłina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 008,3 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 233,9 suma cukrów prostych [g] 27,3 Sól [g] 7,8
Dieta w rzodowal/zoładkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Piecztywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 241,1 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 292,9 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-24 niedziela

wątrobowal/tzuskowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 241,1 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 292,9 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,1
Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Mięso drobiowe mielone 90 g (SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Ziemniaki 200 g Masło 15 g (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Masło 15 g (MLE) Mięso drobiowe mielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 217,4 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 237,9 suma cukrów prostych [g] 55,2 Sól [g] 2
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędłina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 987 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 251,1 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 8,4
Dieta dziecięca podstawowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Salata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 275,5 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 6,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-24 niedziela

Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 376,9 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 310,3 suma cukrów prostych [g] 83,4 Sól [g] 5,1
Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połudwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,7 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 268,9 suma cukrów prostych [g] 52,1 Sól [g] 8,4
Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połudwica wiśniowa wp 80 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,4 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 284,8 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 5,9
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 400 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g (GLU, SEL) Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 304,7 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 5,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-24 niedziela

Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,1 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 292,9 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,1
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo żytnie 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Sałata masłowa 20 g ogórek kwaszony 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,6 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 313,4 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 6,7
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 415,9 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,3
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Połędwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sałata roszponka 10 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udło z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo żytnie 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,7 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 279,4 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 8,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-18 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-24 niedziela	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g (GLU, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Kurczak gotowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 376,9 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 310,3 suma cukrów prostych [g] 83,4 Sól [g] 5,1
----------------------	---	---	-------------------	---	--------------------------------	--	--	---