

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2024-10-21 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 Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Gruszka 110 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos cebulowy 100 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427,9 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Sól [g] 7,5
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,9 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 380,5 Sól [g] 7,4
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) 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) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,6 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 379,1 Sól [g] 7,4
	wątrobowa/trzustkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) 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) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Salata maslowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,6 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 379,1 Sól [g] 7,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-21 poniedziałek	Dieta płynna wzmacniająca	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaj 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) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) 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] 2 358,2 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 112,9 Węglowodany ogółem [g] 246,6 Sól [g] 1,9
	Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SÓJ) 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] 2 369,5 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Sól [g] 9,6
	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) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) 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) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SÓJ) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 726,2 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 385,8 Sól [g] 7,6
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Chrupki kukurydziane 30 g (GLU)	Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SÓJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 570,9 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 404,2 Sól [g] 7,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-21 poniedziałek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) 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] 2 472,7 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 338,3 Sól [g] 9,4
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 80 g (GOR) 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 barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482,5 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 380,4 Sól [g] 8,7
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g (GLU, SOJ, 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 barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy 120 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 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] 2 531,3 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 95,7 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Sól [g] 5,4
	Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,9 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 380,5 Sól [g] 7,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-21 poniedziałek	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 Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Gruszka 110 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos cebulowy 100 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,7 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 393,3 Sól [g] 7,7
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) 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 barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,7 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 408,4 Sól [g] 7,6
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Filet zapiekany dr 50 g (GOR) papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 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 Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) 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] 2 544,3 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 358,3 Sól [g] 9,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-21 poniedziałek	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) Filet zapiekany dr 50 g (GOR) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz biały z ziemniakami 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 180 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Paprykarz rybny 60 g (GLU, RYB, SEL) Poledwica sopocka wp 40 g (SOJ) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 609,8 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 399,7 Sól [g] 7,5
		Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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 Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,9 Białko ogółem [g] 67,3 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 412,9 Sól [g] 6,1
		Kasza kukurudziana na mleku 350 g (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 pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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 Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,2 Białko ogółem [g] 65,5 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 419,9 Sól [g] 4,5
		Kasza kukurudziana na mleku 350 g (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 pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) 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 100 g (MLE) 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] 2 243,2 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 379,7 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-22 wtorek	wątrobowal/trzustkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 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 pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Sos mięsno-jarzynowy 150 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) 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] 2 243,2 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 379,7 Sól [g] 5,6
	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 jarzynowa 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)	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] 2 275,2 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 254,7 Sól [g] 1,9
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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 Twarożek 80 g (MLE) Szynka szkolna wp. 20 g (GLU, SOJ, MLE) Rzodkiewka 80 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] 1 996,9 Białko ogółem [g] 74 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 356,4 Sól [g] 8
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,7 Białko ogółem [g] 67,3 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 430,3 Sól [g] 6
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żyłt 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 pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z maślanką 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g 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] 2 369 Białko ogółem [g] 65,6 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 437,4 Sól [g] 4,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-22 wtorek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z maślaną 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Szynka szkolna wp. 20 g (GLU, SOJ, MLE) Rzodkiewka 80 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] 2 132,7 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 373,9 Sól [g] 8
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (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 pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z maślaną 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,3 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 422,3 Sól [g] 4,7
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g 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] 2 046,3 Białko ogółem [g] 44,4 Tłuszcz [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 367,7 Sól [g] 3,3
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (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 pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka z maślaną 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE)		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 100 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,6 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 433,9 Sól [g] 4,6
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z maślaną 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Rzodkiewka 80 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432,7 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 440,8 Sól [g] 6,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-22 wtorek	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (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 pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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 Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408 Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 447,8 Sól [g] 4,7
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny skyr 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) ogórek kwaszony 80 g Sałata 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 szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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 Twarożek 100 g (MLE) Rzodkiewka 80 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] 2 169,1 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 392,8 Sól [g] 7,6
	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) Pasta z wędliny 20 g (GLU, SOJ, SEL) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa szpinakowa z ziemnikami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym 350 g (GLU) Sos waniliowy 100 g (GLU, MLE) 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) Twarożek 80 g (MLE) Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopt z jabłkiem 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,8 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 445,5 Sól [g] 4,8
	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Ser żółty 40 g (MLE) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,2 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Sól [g] 7,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-23 środa	Dieta łatwstrawna	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 krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 317,5 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sól [g] 7,6
	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 krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 450,2 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sól [g] 8,1
	wątrobowa/trzustkowa	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 krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 450,2 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sól [g] 8,1
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaj 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 mielone 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 mielone 90 g (SEL) Herbata bez cukru 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,7 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 234,3 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe,mix tł,ser top 1 Por (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,6 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 258,9 Sól [g] 8,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-23 środa	Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynkowa wieprzowa 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Szynka tostowa drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,3 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 318,5 Sól [g] 6,3
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Sałata z maślanką 70 g (<i>MLE</i>) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty b/c 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) Szynkowa wieprzowa 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,8 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 320 Sól [g] 6,4
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>) Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) Szynkowa wieprzowa 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe,mix tł,ser top 1 Por (<i>GLU, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 145,9 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 262,6 Sól [g] 8,5
	Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 50 g Sałatka jarzynowa 80 Por (<i>JAJ, MLE, SEL</i>) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (<i>SEL</i>) Sos potrawkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (<i>GLU</i>) Szynka tostowa drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) Szynkowa wieprzowa 40 g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 351,7 Białko ogółem [g] 128,8 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Sól [g] 8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-23 środa

Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Pieczywo razowe 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) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) 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 z wedliny 50 g (GLU, SOJ, SEL) Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopity bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sól [g] 4,7
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 krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Ser żółty 40 g (MLE) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,8 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 329,8 Sól [g] 7,5
Dieta podstawowa cięża/laktacja	Zacierka na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Ser żółty 40 g (MLE) papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 522,6 Białko ogółem [g] 132,1 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Sól [g] 7,7
Dieta łatwostrawna cięża/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 krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,3 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 345,3 Sól [g] 7,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-23 środa	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por (JAJ, MLE, SEL) Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE) Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Brukselka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) papryka 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe,mix tł,ser top 1 Por (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,4 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 292,7 Sól [g] 9
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	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 krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Schab wieprzowy gotowany 90 g (SEL) Sos potrawkowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Salata z maślanką 70 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (SOJ) Szynkowa wieprzowa 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] 2 300,8 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Sól [g] 6,3
2024-10-24 czwartek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane 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) Rzodkiewka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 425,2 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 378,4 Sól [g] 5,9
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Salatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 401,6 Sól [g] 5,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-24 czwartek	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Platki owsiane 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 b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 437,4 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 400,7 Sól [g] 5,9
	wątrobowa/trzustkowa	Platki owsiane 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 b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 400 g (GLU, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy 100 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 437,4 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 400,7 Sól [g] 5,9
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por (JAJ) Masło 15 g (MLE) Herbata b/c 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 150 g (GLU) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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 b/c 250 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 115,2 Węglowodany ogółem [g] 253,6 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Sałatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sałatka z ogórka kiszzonego i zielonego z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,4 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 354,5 Sól [g] 7,9
	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) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 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) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 681 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 416,4 Sól [g] 5,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-24 czwartek	Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane 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 b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 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) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 652,6 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 422 Sól [g] 5,7
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sałatka z ogórka kiszzonego i zielonego z olejem 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 zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) 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] 2 519,3 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 382,3 Sól [g] 8,1
	Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane 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 Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,7 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 401,7 Sól [g] 6,6
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g (GLU, SOJ, SEL) Marchew gotowana opruszana 80 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 70 g (GLU) Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopity bez cukru 30 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,7 Białko ogółem [g] 69,2 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 379,6 Sól [g] 4,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-24 czwartek	Dieta papkowata	Platki owsiane 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 koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 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) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 401,6 Sól [g] 5,9
	Dieta podstawowa ciąża/laktacja	Platki owsiane 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) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 406,3 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Platki owsiane 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 b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczka z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Maślanka 330 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 648,6 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 429,5 Sól [g] 6,1
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Maślanka 330 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g (SOJ) Rzodkiewka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Sałatka wiosenna z makaronem 150 g (GLU) Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sałatka z ogórka kiszzonego i zielonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g (MLE) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) 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] 2 454,2 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 382,4 Sól [g] 8,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-24 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) 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 koperkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Sałatka z buraczką z olejem 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) Szynka zielonogórska wp 20 g (GLU, SOJ, GÓR) 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] 2 652,6 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 422 Sól [g] 5,7
	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, 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 b/c 300 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103,8 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sól [g] 7,9
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, 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 b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,8 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 327,7 Sól [g] 5,8
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 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 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,5 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 333,5 Sól [g] 5,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-25 piątek	wątrobowal/trzustkowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata roszonepka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 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 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,5 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 333,5 Sól [g] 5,9
	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 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] 2 361,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 260,8 Sól [g] 2,1
	Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Salata roszonepka 10 g Herbata b/c 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 868,3 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 265,7 Sól [g] 8,3
	Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata roszonepka 10 g ogórek kwaszony 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 222,6 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 322 Sól [g] 7,9
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Salata roszonepka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, 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 b/c 300 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt (GLU)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,9 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Sól [g] 5,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-25 piątek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba morszczuk pieczona 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (<i>GLU, SOJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 030,5 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 286,6 Sól [g] 8,4
	Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 80 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 206,2 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Sól [g] 6,7
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g (<i>SEL</i>) Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (<i>GLU, SOJ, SEL</i>) Marchew gotowana opruszana 80 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba morszczuk pieczona 130 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g (<i>GLU</i>) Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,9 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 365,2 Sól [g] 4,6
	Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g (<i>MLE</i>) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (<i>GLU</i>) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) Ryba morszczuk gotowana na parze 130 g (<i>RYB</i>) Sos pietruszkowy 100 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (<i>SOJ</i>) Ser biały półtłusty 50 g (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,8 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 327,7 Sól [g] 5,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-25 piątek	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy b/c 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,3 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 323,1 Sól [g] 8,1
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 250 g Sok multiwitamina 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, 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 b/c 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,6 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 355,6 Sól [g] 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) ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba morszczuk pieczona 130 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g ogonówka wp. 40 g (SOJ) 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] 1 887,1 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 269,2 Sól [g] 8,3
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Schabowa kanapkowa wp 50 g (GLU) Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wielowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g (GLU, JAJ, MLE, 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 300 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) ogonówka wp. 40 g (SOJ) Ser biały półtłusty 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,7 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 344,8 Sól [g] 6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-26 sobota	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Śliwka 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,7 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 338,8 Sól [g] 6,7
	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 Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalańior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,4 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Sól [g] 8
	Dieta wrzodowa/żółdkowa	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) Szynka krucha z pieca 20 g 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) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650,1 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 Sól [g] 8,8
	wątrobowat/złustkowa	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) Szynka krucha z pieca 20 g 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) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650,1 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 369,3 Sól [g] 8,8
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g (GLU, MLE) żółtko jaj 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 mielone 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 mielone 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 Sól [g] 2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-26 sobota	Dieta cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędlina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,5 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Sól [g] 7,9
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty 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 ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 515,4 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 354,5 Sól [g] 6,6
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jablkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Biszkopty b/c 30 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata b/c 250 g	Jogurt owocowy b/c 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,9 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 329,5 Sól [g] 7,9
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejfrut 100 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) 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 ogórek świeży 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] 2 367,2 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sól [g] 8
	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 Szynka krucha z pieca 50 g Pomidor 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,2 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Sól [g] 8,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-26 sobota	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Pieczywo razowe 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 ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) 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 z wedliny 50 g (GLU, SOJ, 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] 2 344,3 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Sól [g] 5,9
	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 Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Marchew gotowana opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,4 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Sól [g] 8,1
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Śliwka 100 g Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,3 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 366,9 Sól [g] 7,2
	Dieta łatwostrawna ciąży/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 Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g (GLU, MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sytko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy b/c 250 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata b/c 250 g	Kefir 360 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 582,2 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 372,5 Sól [g] 8,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-26 sobota	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Kefir 360 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 50 g Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor 70 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 ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Surówka z białej i czerwonej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g ogórek świeży 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] 2 343,3 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 326,1 Sól [g] 8,1
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko gotowane 50 g Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Udziec z indyka gotowany 90 g (SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU, MLE) Kalaflor gotowany na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 341,7 Sól [g] 7,9
2024-10-27 niedziela	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 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 b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,7 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Sól [g] 6
	Dieta łatwostrawna	Płatki 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 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 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 b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,6 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Sól [g] 4,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-27 niedziela	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 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] 2 324,6 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Sól [g] 4,8
	wątrobowa/trzustkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyłt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyłt 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] 2 324,6 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Sól [g] 4,8
	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 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] 2 199 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 101,8 Węglowodany ogółem [g] 234,6 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Pieczywo razowe 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 b/c 250 g	C- pieczywo razowe, mix tł, wędłina dr 1 Por (GLU, SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 040,3 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 255 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 15 g (MLE) Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 15 g (MLE) 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] 2 368,1 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Sól [g] 5,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-27 niedziela	Dieta dziecięca lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 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 b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,4 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sól [g] 4,8
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) 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 15 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] 2 176,1 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 272,4 Sól [g] 7,3
	Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo 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 Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 302,9 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Sól [g] 5,5
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g (GLU, SEL) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Pasta z wędliny 50 g (GLU, SOJ, 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g 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) 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] 2 306,6 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sól [g] 5,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-27 niedziela	Dieta papkowata	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 80 g Sałata 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) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 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] 2 324,6 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Sól [g] 4,8
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Platki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica wiśniowa wp 50 g (SOJ) Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 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) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g (GLU) Pieczywo razowe 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 b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,1 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Sól [g] 6,1
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	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 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata b/c 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) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g (GLU) Kompot owocowy b/c 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 b/c 250 g	Biszkopty b/c 20 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 499,4 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Sól [g] 5
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Jogurt naturalny 150 g (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Margaryna Rama 10 g Poledwica 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 pomidorowa z ryżem 400 g (GLU, MLE, SEL) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 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] 2 215,1 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 282,9 Sól [g] 7,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-21 do dnia 2024-10-27 KUCHNIA OGÓLNA

2024-10-27 niedziela	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 Por (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica wiśniowa wp 50 g (SÓJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata 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) Udko z kurczaka gotowane 1 szt (SEL) Sos karmelowy 100 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem opruszana 150 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo pszenne 100 Por (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] 2 408,4 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 332,2 Sól [g] 4,8
----------------------	---	---	-------------------	---	--------------------------------	--	--	--