

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	POD	Kolacja	Nocny	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Sól [g] 6,5
	Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 378,8 Sól [g] 6,5
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 385,5 Sól [g] 6,5
	wątrobowa/trzustkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 385,5 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-26 poniedziałek

Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 107,3 Węglowodany ogółem [g] 258 Sól [g] 2
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Sól [g] 8
Dieta dziecięca podstawowa	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 365,7 Sól [g] 6,4
Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 384 Sól [g] 6,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-26 poniedziałek

Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 7,9
Dieta bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 80 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 378,9 Sól [g] 7,2
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Ryba miruna gotowana z warzywami 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 357,2 Sól [g] 6,1
Dieta papkowata	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 378,8 Sól [g] 6,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-26 poniedziałek	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Klopsik drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g Sos pieczarkowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 375,5 Sól [g] 6,7
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g 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	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 406,7 Sól [g] 6,7
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Baton szynkowy dr 50 g papryka 70 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g ogórek świeży 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 353 Sól [g] 8,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-26 poniedziałek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza manna na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Baton szynkowy dr 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 g Zrazik wieprzowo-drobiowy pieczony 120 g Sos jarzynowy 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Owsianka z owocami bez cukru 1 szt	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Połędwica sopocka wp 40 g Ryba miruna gotowana z warzywami 100 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 384 Sól [g] 6,3
2024-08-27 wtorek	Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Sól [g] 8,2
	Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 317,5 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Galaretką z owocami bez cukru 1 Por	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Leczo z indykiem 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Sól [g] 5,5
	wątrobowaltruskowa	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Galaretką z owocami bez cukru 1 Por	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Leczo z indykiem 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Sól [g] 5,5
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza jaglana na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 240,6 Sól [g] 1,8
	Dieta cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Sól [g] 9,2
	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza jaglana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 348,5 Sól [g] 7,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek

Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 348,2 Sól [g] 5,8
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połudwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 320 Sól [g] 9,5
Dieta bogatobiałkowa	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 327,2 Sól [g] 5,9
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 342,9 Sól [g] 6,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek

Dieta papkowata	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Leczo z indykiem 150 g Ryż biały na sypko 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Sól [g] 5,6
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Sól [g] 8,4
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż biały na sypko 200 g Leczo z indykiem 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Sól [g] 5,8
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Serek wiejski lekki 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek kwaszony 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Sól [g] 9,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza jaglana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa ziemniaczana z zacierką 400 g Ryż biały na sypko 200 g Leczo z kielbasą 150 g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek z zieleniną 80 g Szynka wiśniowa wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 345 Sól [g] 6,9
	Dieta podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Sałatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Ser żółty 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Sól [g] 7,7
2024-08-28 środa	Dieta łatwostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Sałatka brokułowa z makaronem z jogurtem 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 Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 326,7 Sól [g] 6,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa

Dieta wzradowa/żółdkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka drobiowa wędzona 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sól [g] 6,8
wątrobowa/trzustkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka drobiowa wędzona 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa ryżanka 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 123,3 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sól [g] 6,8
Dieta płynna wzmocniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa ryżanka 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 236,8 Sól [g] 1,9
Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Sałatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tl.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 271,9 Sól [g] 7,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa	Dieta dziecięca podstawowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopatka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Szynka z liściem wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Sól [g] 6,8
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Sól [g] 5,5
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka drobiowa wędzona 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 273,7 Sól [g] 7,5
	Dieta bogatobiałkowa	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka drobiowa wędzona 80 g Salatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 140 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 326,1 Sól [g] 7,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 60 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g pasta drobiowo-jarzynowa 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Sól [g] 4,9
	Dieta papkowata	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka drobiowa wędzona 20 g Salatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 325 Sól [g] 6,4
	Dieta podstawowa cięża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szyńka drobiowa wędzona 20 g Salatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Łopátka wieprzowa pieczona 90 g Sos pieczeniowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Polędwica sopocka wp 40 g Szyńka z liściem wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 102,3 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Sól [g] 7,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa	Dieta łatwostrawna ciąża/laktacja	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szyńka drobiowa wędzona 20 g Salatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek wiejski lekki 150 g	Białko ogółem [g] 129,5 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Sól [g] 6,6
	Dieta cukrzycowa ciąża/laktacja	Jogurt naturalny kubek 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka drobiowa wędzona 20 g Salatka brokułowa z makaronem z jogurtem 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g ogórek kwaszony 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Sól [g] 7,9
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Kasza kukurudziana na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka drobiowa wędzona 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400 g Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szyńka z liściem wp 40 g Polędwica sopocka wp 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Sól [g] 5,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g	Zupa makaronowa 400 g A la goląbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Antybaton 1 szt	Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Sól [g] 4,7
	Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 385,3 Sól [g] 5,6
	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 385,3 Sól [g] 5,6
	wątrobowa/trzustkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 385,3 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek

Dieta płynna wzmocniona	Płatki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa makaronowa 400 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g Mięso drobiowe zmielone 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 243,5 Sól [g] 2,2
Dieta cukrzycowa	Maślanka 330 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z ryżem brązowym 150 g	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Szynkowa wieprzowa 20 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Sól [g] 5,6
Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 402,8 Sól [g] 5
Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor bez skóry 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor bez skóry 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 405,9 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Dieta dziecięca cukrzycowa	Maślanka 330 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Szynkowa wieprzowa 20 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Sól [g] 5,8
	Dieta bogatobiałkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 80 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 382 Sól [g] 6
	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 427 Sól [g] 4,5
	Dieta papkowata	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 385,3 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek

Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Arbuz 120 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 391,5 Sól [g] 5,4
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Maślanka 330 g	Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 413,2 Sól [g] 5,8
Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Maślanka 330 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g papryka 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Salatka wiosenna z ryżem brązowym 150 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa makaronowa 400 g A'la gołąbek 200 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Twarożek 80 g Szynkowa wieprzowa 20 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 345,2 Sól [g] 5,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa makaronowa 400 g Pieczeń drobiowo-wieprzowa 120 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw na parze 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Twarożek 80 g Dżem niskosłodzony 25 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 405,9 Sól [g] 5,4
	Dieta podstawowa	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morskczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 316,5 Sól [g] 5,3
	Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g 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 Ryba morskczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Sól [g] 4,7
	Dieta wzradowa/zoławkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morskczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Sól [g] 4,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek

wątrobowal/trzustkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Sól [g] 4,8
Dieta płynna wzmocniona	Ryż na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biszkoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g mięso drobiowe 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 107,6 Węglowodany ogółem [g] 252,7 Sól [g] 2,2
Dieta cukrzycowa	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,połędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 280,4 Sól [g] 5,3
Dieta dziecięca podstawowa	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g Sałata roszponka 10 g ogórek świeży 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Herbatniki 2 szt	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 344,5 Sól [g] 5,3
Dieta dziecięca lekkostrawna	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Herbatniki 2 szt	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 363,8 Sól [g] 4,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek

Dieta dziecięca cukrzycowa	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek świeży 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 Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Wafle ryżowe 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sól [g] 5,4
Dieta bogatobiałkowa	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 80 g Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 340,6 Sól [g] 4,8
Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Dżem niskosłodzony 60 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Herbatniki 2 szt	Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 433,6 Sól [g] 4,7
Dieta papkowata	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g 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 Ryba morszczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Sól [g] 4,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 337,5 Sól [g] 5,4
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g Sałata roszponka 10 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 250 g Sok wieloowocowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Kefir 360 g	Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 369,3 Sól [g] 4,9
	Dieta cukrzycowa ciąży/laktacja	Kefir 360 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Kurczak gotowany 50 g ogórek świeży 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g	Jabłko 130 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400 g Ryba morszczuk pieczona 130 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynka z liściem wp 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 283,9 Sól [g] 5,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bulka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz wieprzowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bulka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa wieprzowa 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Sól [g] 5,5
	Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jablkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 99,6 Węglowodany ogółem [g] 348,2 Sól [g] 7,3
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Ryż na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany 50 g Salata 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 Filet drobiowy gotowany 90 g Sos pietruszkowy 100 g Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Szynka z liściem wp 40 g Ser biały półtłusty 50 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 352,5 Sól [g] 4,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota	Dieta wrzodowa/żołądkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Sól [g] 7,5
	wątrobowalitzuszkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 70 g Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Sól [g] 7,5
	Dieta płynna wzmocniona	Kasza manna na mleku 350 g Żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Mus z jabłka płynny z biskoptem 120 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g mięso drobiowe 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 252,7 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Sól [g] 5,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota

Dieta dziecięca podstawowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz wieprzowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 107,4 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Sól [g] 5,2
Dieta dziecięca lekkostrawna	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g jajko gotowane 1 szt. 1 Por Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Masło 20 g Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g Szyńkowa wieprzowa 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor bez skóry 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Sól [g] 7,1
Dieta dziecięca cukrzycowa	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,półędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 117,5 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Sól [g] 5,4
Dieta bogatobiałkowa	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szyńka krucha z pieca 50 g Sałatka jarzynowa 80 Por Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Szyńkowa dębowa drobiowa 40 g Szyńkowa wieprzowa 40 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Sól [g] 8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota

Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa grysikowa 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z jaj 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Mus owocowy 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz warzywny 350 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 30 g	Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 391,8 Sól [g] 4,6
Dieta papkowata	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 7,3
Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo razowe 50 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g Szynka krucha z pieca 20 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz wieprzowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Szynkowa wieprzowa 40 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 114 Węglowodany ogółem [g] 385,7 Sól [g] 6
Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Margaryna Rama 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Sól [g] 7,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Serek homogenizowany naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Salatka jarzynowa 80 Por Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok marchwiowy 200 ml	Grejpfrut 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż brązowy na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Szynkowa wieprzowa 40 g Pasta z soczewicy czerwonej i fasoli 50 g Pomidor 70 g Salata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 113 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Sól [g] 5,8
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Zacierka na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Jajko gotowane 1 Por Szynka krucha z pieca 20 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok jabłkowy 200 g	Banan 1/2 szt. 100 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g Ryż biały na sypko 200 g Gulasz drobiowo-jarzynowy 150 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Pieczywo psz-żył 80g, pszenne 40g 1 Por Masło 20 g Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Szynkowa wieprzowa 40 g Salata masłowa 20 g Pomidor 70 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt owocowy bez cukru 150 g	Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 372 Sól [g] 7,2
	Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Salata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Śliwka 100 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Salata masłowa 20 g papryka 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Sól [g] 5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela	Dieta łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Sól [g] 5,3
	Dieta wzdrowia/żołądkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Sól [g] 5,3
	wątrobowal/trzustkowa	Platki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Sól [g] 5,3
	Dieta płynna wzmocniona	Platki owsiane na mleku 350 g żółtko jaja kurzego gotowane 1 Por Masło 15 g Herbata bez cukru 250 g Miód 50 g	Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g mięso drobiowe 90 g Marchew gotowana opruszana 150 g Ziemniaki 200 g Masło 15 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Zupa grysikowa 400 g Masło 15 g mięso drobiowe 90 g Herbata bez cukru 250 g		Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 237,9 Sól [g] 2
	Dieta cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 261,9 Sól [g] 6,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela	Dieta dziecięca podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Śliwka 100 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Sałata masłowa 20 g papryka 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 297,1 Sól [g] 5
	Dieta dziecięca lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor bez skóry 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g Pomidor bez skóry 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Sól [g] 4,3
	Dieta dziecięca cukrzycowa	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Masło 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko 130 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 278,5 Sól [g] 5,4
	Dieta bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 80 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Śliwka 100 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 150 g	Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Sól [g] 5,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela	Dieta niskobiałkowa/nerkowa	Zupa ryżanka 400 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Pasta z wedliny 50 g Marchew gotowana opruszana 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g Warzywa gotowane 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Pasta z wedliny 50 g Sałata masłowa 20 g Marchew gotowana opruszana 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 307,3 Sól [g] 5,3
	Dieta papkowata	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Sól [g] 5,3
	Dieta podstawowa ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Śliwka 100 g Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka pieczone 1 szt Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Bułka pszenna kajzerka 50 g Pieczywo razowe 50 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Sałata masłowa 20 g papryka 70 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 307,5 Sól [g] 5,2
	Dieta łatwostrawna ciąży/laktacja	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt Budyń na mleku b/c 200 g	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo psz-żył 50g/psz 50g 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szynka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Sól [g] 5,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela	Dieta cukrzycowa cięża/laktacja	Jogurt naturalny 150 g Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g 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	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g		Pieczywo razowe 100 g Margaryna Rama 20 g Ser biały półtłusty 50 g Kurczak gotowany 40 g papryka 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	C- pieczywo żytnie 30g mix tł.7g,polędwica dr.20 g 1 Por	Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 289,1 Sól [g] 5,6
	Dieta dziecięca łatwostrawna częściowo rozdrobniona	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 10 g Polędwica wiśniowa wp 50 g Pomidor 80 g Sałata roszponka 10 g Herbata bez cukru 250 g Sok pomarańczowy 200 ml	Mus owocowy 1 szt	Zupa grysikowa 400 g Udko z kurczaka gotowane 1 szt Sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana opruszana 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 g	Kisiel z tartym jabłkiem 200 g	Pieczywo psz-żyt 50g/psz 50g 100 g Masło 20 g Ser biały półtłusty 50 g Szyńka zielonogórska wp 40 g Pomidor 70 g Sałata masłowa 20 g Herbata bez cukru 250 g	Biszkopty bez cukru 20 g	Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Sól [g] 5,1