

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-22 środa	D PODSTAWOWA		Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 683,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,6 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 408,9 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
	D ŁATWOSTRAWNA		Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,6 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 399,5 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 200 g (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 703,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,2 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 398 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 61,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek topiony w plastrach 1 szt (MLE) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 828,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,5 Tłuszcz [g] 86,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 414,3 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 64,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-23 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 584 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,1 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 394,3 suma cukrów prostych [g] 96,5 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,8
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 734 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,7 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 407,6 suma cukrów prostych [g] 92,7 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 434,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 378,6 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 59,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 631 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 400,9 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 62,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-24 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Kluski leniwe 350 g Sos jogurtowy z owocami 80 ml (MLE) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 260,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136 Tłuszcz [g] 110 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 448,7 suma cukrów prostych [g] 135,6 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	D LATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Kluski leniwe 350 g Sos jogurtowy z owocami 80 ml (MLE) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 329,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136,5 Tłuszcz [g] 112,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 456,7 suma cukrów prostych [g] 134,9 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kielbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 890,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113 Tłuszcz [g] 103 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 405 suma cukrów prostych [g] 51,5 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 56,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-24 piątek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kielbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Polędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 048,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,6 Tłuszcz [g] 107,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 427,5 suma cukrów prostych [g] 53,3 Sól [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 59,8
	2024-05-25 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Sos cebulowy 80 g Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g	
D ŁATWOSTRAWNA		Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 467,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,6 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 357,8 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-25 sobota	D CUKRZYCZOWA 5 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Sos cebulowy 80 g Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 638,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,5 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 379,4 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,2
	D CUKRZYCZOWA 6 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Sos cebulowy 80 g Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 789,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127 Tłuszcz [g] 86,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 401,7 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 53,6
2024-05-26 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 561,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 377 suma cukrów prostych [g] 88,1 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-26 niedziela	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Marchewka gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z jogurtem naturalnym 2%tł. 200 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 461,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 391,1 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109 Tłuszcz [g] 86,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 384,5 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka gotowana 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 808 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,1 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 407 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 56,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-27 poniedziałek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany waniliowy 60 g Jabłko 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptyśniowym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 880,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Tłuszcz [g] 98,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 429,9 suma cukrów prostych [g] 116,2 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,5
	D LATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany waniliowy 60 g Jabłko pieczone 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptyśniowym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 881,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Tłuszcz [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Węglowodany ogółem [g] 432,7 suma cukrów prostych [g] 109 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z pestkami dyni 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 747,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 105,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 384,2 suma cukrów prostych [g] 50,6 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-27 poniedziałek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z pestkami dyni 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka złota 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 903,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,6 Tłuszcz [g] 110 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 406,7 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 58,7
	2024-05-28 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka panierowany z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g	
D LATWOSTRAWNA		Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 489,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,4 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 372,8 suma cukrów prostych [g] 84,2 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-28 wtorek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g (SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 516,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,2 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 385,8 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 62,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g (SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 672,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,3 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 408,3 suma cukrów prostych [g] 45,9 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 65,9
2024-05-29 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z papryką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SOJ, SEL) Makaron świderki 200 g (GLU, SOJ) Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 130 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 605,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 387,8 suma cukrów prostych [g] 93,5 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,3
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SOJ, SEL) Makaron świderki 200 g (GLU, SOJ) Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 629,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,4 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 384,4 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-29 środa	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z papryką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica z kurcząt 20 g Ogórek 50 g	Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SOJ, SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Surówka z selera z ananasm i kukurydzą z majonezem 130 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 508,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,4 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 Węglowodany ogółem [g] 374,6 suma cukrów prostych [g] 57,7 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z papryką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica z kurcząt 20 g Ogórek 50 g	Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SOJ, SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Surówka z selera z ananasm i kukurydzą z majonezem 130 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Rzodkiewka 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka z piersi indyka 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 657 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,1 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 396,9 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,9
2024-05-30 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa botwina z ziemniakami zabieleną śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem 2 szt Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 653,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Tłuszcz [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 375,4 suma cukrów prostych [g] 96,9 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa botwina z ziemniakami zabieleną śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem dietetyczne 2 szt Marchewka Juniorka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 588,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,7 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 389,5 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-05-30 czwartek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Sos własny 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 4 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 622,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,9 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 401,2 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 58,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Sos własny 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 4 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka śląska 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 780 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,5 Tłuszcz [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 423,7 suma cukrów prostych [g] 51,1 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 62,2
2024-05-31 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z ryżem 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz panierowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 666,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Tłuszcz [g] 92,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 368,8 suma cukrów prostych [g] 89,4 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,5

Jadłospis za okres od dnia 2024-05-22 do dnia 2024-05-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2024-05-31 piątek	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z ryżem 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g			Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 624,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 372 suma cukrów prostych [g] 87,2 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 531,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 348,9 suma cukrów prostych [g] 55,9 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Chleb razowy 160 g (GLU) Margaryna słoneczna 15g 1 szt Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 725,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,5 Tłuszcz [g] 98,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 371,2 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,9