

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-11 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej 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 z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 374,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,3 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 350,7 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,2
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kalaftor z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 255,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,5 Tłuszcz [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 329 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Polędwica z majerankiem 20 g Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 531,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,3 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 367,8 suma cukrów prostych [g] 71,4 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 53,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Polędwica z majerankiem 20 g Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka zrazowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 687,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 133,4 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Węglowodany ogółem [g] 390,3 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 57

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-12 poniedziałek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z truskawkami 60 g (MLE) Dżem 30 g Jabłko 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Kasza bulgur 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) Szynka gotowana 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 726,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 427,6 suma cukrów prostych [g] 120,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,9
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z truskawkami 60 g (MLE) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Kasza bulgur 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) Szynka gotowana 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 722,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Węglowodany ogółem [g] 420,4 suma cukrów prostych [g] 113,5 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 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) Szynka gotowana 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 930,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,4 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 420 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 57
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 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) Szynka gotowana 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 081,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,9 Tłuszcz [g] 94,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 442,3 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 60,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-13 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) Surówka z marchewki z chrzanem 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) Jajko 2 szt (JAJ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 999,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,2 Tłuszcz [g] 110,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 396,9 suma cukrów prostych [g] 95,3 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,2
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) 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) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 155,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,5 Tłuszcz [g] 121,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,8 Węglowodany ogółem [g] 401,6 suma cukrów prostych [g] 89,6 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 027,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,5 Tłuszcz [g] 109,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 401,9 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 61
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 178,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 146 Tłuszcz [g] 113,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 424,2 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 64,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-14 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) Szynka cygańska 45 g Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Polędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 918,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,3 Tłuszcz [g] 96 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 426,4 suma cukrów prostych [g] 101,8 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,9
	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) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Pomidor 90 g Rukola 10 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 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) Polędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 845,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Węglowodany ogółem [g] 444,1 suma cukrów prostych [g] 98 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 41
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Polędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 747,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,5 Tłuszcz [g] 90,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 389,4 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 54,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Polędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek topiony w plastrach 1 szt (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 274,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,2 Tłuszcz [g] 117,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 460,2 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 70

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-15 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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 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) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 635,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 89,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 371,1 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 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) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 775,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,4 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 407,8 suma cukrów prostych [g] 92,7 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL) 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	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 710,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,9 Tłuszcz [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 382,6 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,7
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL) 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	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka śląska 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 866,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120 Tłuszcz [g] 97,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 405,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 60,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-16 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) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Rzepa biała 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi z serem 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) 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) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek małosolny 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 266,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,7 Tłuszcz [g] 111,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 455 suma cukrów prostych [g] 117,5 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,9
	D ŁATWOSTRAWNA	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) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Pomidor bez skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) 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) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 134,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,6 Tłuszcz [g] 111,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 429,9 suma cukrów prostych [g] 110,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 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 z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek małosolny 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 190,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 133,1 Tłuszcz [g] 111 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 445,1 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 11,6 Błonnik pokarmowy [g] 62,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 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 z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek małosolny 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Poledwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 347,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 140,7 Tłuszcz [g] 115,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 467,6 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-17 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 Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) 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) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 531,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,3 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 354,4 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	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 Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa 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) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 474,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 355 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	D CUKRZYCOWA 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 Szpinak baby 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) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) 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) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 769,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 100,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 375,4 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,7
	D CUKRZYCOWA 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 Szpinak baby 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) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) 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) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 40 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 952,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,8 Tłuszcz [g] 106,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Węglowodany ogółem [g] 399,2 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-18 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 żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 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 1 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 622,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Tłuszcz [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 379,6 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
	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 żydowsku 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 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 1 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 613,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 376,3 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 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	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 791,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,7 Tłuszcz [g] 91,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Węglowodany ogółem [g] 408,2 suma cukrów prostych [g] 67,6 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,9
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 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	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szyńka gotowana 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 947,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,8 Tłuszcz [g] 96,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 430,7 suma cukrów prostych [g] 69,4 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 53,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-19 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 naturalny 60 g Jabłko 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Kasza bulgur 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 Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 828 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,6 Tłuszcz [g] 98,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 415,9 suma cukrów prostych [g] 113,6 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,8
	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 naturalny 60 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 734,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,8 Tłuszcz [g] 92,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 401 suma cukrów prostych [g] 105,8 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	D CIUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 899,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,8 Tłuszcz [g] 107,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 407,7 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,4
	D CIUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka zielona 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 055,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 112,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 430,2 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 58,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-20 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) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 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) Salatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 740,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,8 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 407,2 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,4
	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) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka 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) Salatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 866,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,2 Tłuszcz [g] 93,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 405,6 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g Ogórek małosolny 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 122,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,4 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 453,9 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 69,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g Ogórek małosolny 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 278,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,5 Tłuszcz [g] 103,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 476,4 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 72,7