

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-01 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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) Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 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 żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 515 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,6 Tłuszcz [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 360,5 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,7
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kalańior 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 zrazowa 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] 2 384 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 353,8 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka wiśniowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 623,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,9 Tłuszcz [g] 88,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 372,9 suma cukrów prostych [g] 56,5 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka wiśniowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 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] 2 779,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117 Tłuszcz [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 395,4 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 54,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-02 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 rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) 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) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 744,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,9 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 424,6 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,8
	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 koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 744,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,8 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 430,1 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	D CIUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bednarza 20 g Ogórek kiszony 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 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) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 954,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,2 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Węglowodany ogółem [g] 443 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 62,2
	D CIUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bednarza 20 g Ogórek kiszony 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 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) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) 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] 3 112 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,8 Tłuszcz [g] 96,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 465,5 suma cukrów prostych [g] 71,9 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 65,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-03 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet z masłem i bułką 130 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 603,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Tłuszcz [g] 86,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 375 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiankowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 634,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,8 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 380,7 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 862,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,5 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 396,9 suma cukrów prostych [g] 68,5 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica z kurcząt 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 014,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125 Tłuszcz [g] 106,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5 Węglowodany ogółem [g] 419,2 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 60,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-04 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Kajzerka 1 szt Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 45 g Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 595,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 389,5 suma cukrów prostych [g] 97,5 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,2
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną 250 g ( <b>SEL</b> ) Kajzerka 1 szt Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 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] 2 549,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 385,2 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	D CIUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana 20 g Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 45 g Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,6 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 388,1 suma cukrów prostych [g] 64,4 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 58,2
	D CIUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana 20 g Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 45 g Rzepa biała 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Hummus klasyczny 40 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 931,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 96,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 432,3 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 65

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-05 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem z cebulka 300g 7 szt ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) 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] 3 024,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,8 Tłuszcz [g] 116,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1 Węglowodany ogółem [g] 385,1 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab bednarza 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem 300g 7 szt ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) 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] 3 039,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130,4 Tłuszcz [g] 115,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 382,4 suma cukrów prostych [g] 82,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 246,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130,2 Tłuszcz [g] 127,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 423,5 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 398,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136,8 Tłuszcz [g] 132,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,2 Węglowodany ogółem [g] 446,1 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 63,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-06 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz panierowana 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 718,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,8 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 389,4 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 130 g ( <b>SEL</b> ) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa 45 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] 2 654 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 390 suma cukrów prostych [g] 87,7 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopočka 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 977,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,5 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 411,4 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 59,9
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopočka 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 128,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125 Tłuszcz [g] 109,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 433,7 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 63,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-07 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak po hawajsku 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż biały na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 50g 0,5 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 456,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,2 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 370,5 suma cukrów prostych [g] 97,2 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż biały na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> ) 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] 2 424,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,4 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 377,7 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 50g 0,5 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 639,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 379,5 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,4
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 50g 0,5 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 795,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,2 Tłuszcz [g] 96,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 59,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-08 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] 2 418,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,2 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 349,1 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,5
	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] 2 299,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 327,5 suma cukrów prostych [g] 82,2 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	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] 2 575,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 118,1 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 366,2 suma cukrów prostych [g] 70,6 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 52,9
	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] 2 731,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,2 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 388,7 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,3



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-09 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 kiszony 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 kiszony 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 kiszony 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-01 do dnia 2024-09-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-10 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 981,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,5 Tłuszcz [g] 108,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 396,4 suma cukrów prostych [g] 97,2 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 141 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,2 Tłuszcz [g] 120,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 400,2 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 008,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,7 Tłuszcz [g] 107,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 401,4 suma cukrów prostych [g] 69 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 61,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica miodowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 159,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 146,2 Tłuszcz [g] 111,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 423,7 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 64,7