

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-01 czwartek	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 złota 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, 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) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 480,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,7 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 369,3 suma cukrów prostych [g] 94,9 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
	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 złota 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 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) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 538,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 369,1 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	D CUKRZYCZOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Ogórek 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, GOR) 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) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 795 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,1 Tłuszcz [g] 92,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 396,1 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2024-08-01 czwartek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Ogórek 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, GOR) 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) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bednarza 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 951 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,2 Tłuszcz [g] 97,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 418,6 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 58,3	
	2024-08-02 piątek	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 ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 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) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 935 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,9 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 422,7 suma cukrów prostych [g] 152,7 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,5
		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 ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 g (MLE) 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 Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 096 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,1 Tłuszcz [g] 95,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 445,1 suma cukrów prostych [g] 149,8 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-02 piątek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 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 Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Ogórek 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 035,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132 Tłuszcz [g] 100,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 431,7 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 65,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 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 Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 400 g (SEL) Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Ogórek 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka cygańska 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 191,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 139,1 Tłuszcz [g] 105,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 454,2 suma cukrów prostych [g] 73,4 Sól [g] 12,8 Błonnik pokarmowy [g] 68,9
2024-08-03 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) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sytko 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) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 671,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 92 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 377,3 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 39

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-03 sobota	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) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Kasza jagłana na sypko 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 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] 102,9 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 386,7 suma cukrów prostych [g] 88,5 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Koktajl malinowy 200 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 092,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122 Tłuszcz [g] 125,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 398,6 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 60,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Koktajl malinowy 200 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 40 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 292,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,3 Tłuszcz [g] 133,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 427,2 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-04 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 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] 2 525 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,5 Tłuszcz [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 360,5 suma cukrów prostych [g] 88,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 34
	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 Kalafior 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] 2 394 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 353,9 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	D CUKRZYCZOWA 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 małosolny 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 632,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 111,9 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 372,3 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2024-08-04 niedziela	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 wieśniowa 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 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) Szynka zrazowa 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 788,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119 Tłuszcz [g] 93,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 394,8 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 54,2	
	2024-08-05 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] 2 749 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 425,8 suma cukrów prostych [g] 92,3 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 47
		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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-05 poniedziałek	D CUKRZYCOWA 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] 2 959 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Węglowodany ogółem [g] 444,2 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 62,4
	D CUKRZYCOWA 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) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 116,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,6 Tłuszcz [g] 96,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 466,7 suma cukrów prostych [g] 71,9 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 65,8
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa botwinka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet z masłem i bułką 130 g (GLU, JAJ) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 609,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Tłuszcz [g] 87,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 374,2 suma cukrów prostych [g] 92,8 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-06 wtorek	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) Schab wiśniowy 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa botwinka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE , SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiankowy 80 g (MLE) 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) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 640,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,4 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 379,9 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 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 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) 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 (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wiśniowy 45 g Ogórek 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 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Poledwica z kurczątką 20 g Sałata 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 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-07 środa	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 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 (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) 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 (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 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] 2 586,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 387,6 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,2
	D ŁĄTWOŚCIOWA	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 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 (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną 250 g (SEL) Kajzerka 1 szt 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 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-07 środa	D CUKRZYCZOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) 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 (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka gotowana 20 g Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Chleb razowy 50 g (GLU) Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 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] 2 643,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,2 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 386,2 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 60,2
	D CUKRZYCZOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) 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 (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka gotowana 20 g Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Chleb razowy 50 g (GLU) Surówka z młodej kapusty z marchewką i koperkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 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) Hummus klasyczny 40 g (SOJ) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 922,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116 Tłuszcz [g] 96,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 430,4 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 67
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb bałtonowski 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 350 ml Cukier 15 g		Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z mięsem z cebulką 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 043,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,1 Tłuszcz [g] 116,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 97 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-08 czwartek	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) Schab bednarza 45 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z mięsem 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) 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) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 055,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132 Tłuszcz [g] 116,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 383 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) 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 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 265 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,5 Tłuszcz [g] 128,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 Węglowodany ogółem [g] 425,5 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) 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 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 417,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,1 Tłuszcz [g] 133 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,5 Węglowodany ogółem [g] 448,1 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 12,6 Błonnik pokarmowy [g] 64

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-09 piątek	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) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g (JAJ, SOJ, SEL) 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 (GLU, SOJ, MLE, 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) 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] 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 (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g (JAJ, SOJ, SEL) 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 (GLU, SOJ, 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) 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 (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g (JAJ, SOJ, 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) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 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] 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-09 piątek	D CUKRZYCZOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g (JAJ, SOJ, 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) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 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) Połędwica drobiowa 20 g Sałata 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
	2024-08-10 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 bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak po hawajsku 250 g (SEL) 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 (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) 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 (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) 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 (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) 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	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-01 do dnia 2024-08-10 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-10 sobota	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) 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 (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) 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 (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) 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 (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Schab wieśniowy 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