

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-21 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron kokardki 200 g (GLU, SOJ) Ogórek małosolny 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 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] 2 512,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 380,6 suma cukrów prostych [g] 92,7 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	D LATWOSTRAWNA	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) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron kokardki 200 g (GLU, SOJ) Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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] 2 602,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Węglowodany ogółem [g] 384,1 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica z kurcząt 20 g Ogórek 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Ogórek małosolny 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 3 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 692,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,5 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 394,1 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica z kurcząt 20 g Ogórek 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Ogórek małosolny 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 3 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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) Szynka orzech 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 848,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,6 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 416,6 suma cukrów prostych [g] 63,8 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-22 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem 2 szt Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 694,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Tłuszcz [g] 97,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 375,8 suma cukrów prostych [g] 97 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,8
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem dietetyczne 2 szt Marchewka Juniorka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 587 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,1 Tłuszcz [g] 88,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 372,2 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g 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) Serek wiejski z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos własny 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 942,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,3 Tłuszcz [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 424,6 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 61,9
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g 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) Serek wiejski z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos własny 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Papryka świeża 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] 3 098,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,4 Tłuszcz [g] 98 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 447,1 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-23 piętek	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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz panierowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) Rzepa biała 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 747,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Tłuszcz [g] 99,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 374,7 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,3
	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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 681,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,7 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 371,7 suma cukrów prostych [g] 87,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) Rzepa biała 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 937,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,9 Tłuszcz [g] 112,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 395,2 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 60,7
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek topiony 50g 0,5 szt (MLE) Rzepa biała 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 Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 093,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123 Tłuszcz [g] 117,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 417,7 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 64,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-24 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 koperkiem 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka 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) Filet wędzony z indyka 45 g 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] 2 560,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 363 suma cukrów prostych [g] 95,4 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 38,5
	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 koperkiem 60 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiarkowy 80 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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) Filet wędzony z indyka 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] 2 564,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,8 Tłuszcz [g] 82,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 380,5 suma cukrów prostych [g] 88,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	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 koperkiem 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyunka złota 20 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka 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) Filet wędzony z indyka 45 g Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 812,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,6 Tłuszcz [g] 103 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 382,5 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 56,3
	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 koperkiem 60 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyunka złota 20 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka 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) Filet wędzony z indyka 45 g 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) Hummus z suszonymi pomidorami 40 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 041,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,9 Tłuszcz [g] 107,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 421,5 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 62,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-25 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (JAJ) Ziemniaki 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) Jajko 2 szt (JAJ) 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] 2 501,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 329,5 suma cukrów prostych [g] 83,4 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 29
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao 300 ml (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		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Kalafor 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) Jajko 2 szt (JAJ) 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] 2 570,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 346,9 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 707,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,5 Tłuszcz [g] 95,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 363,8 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek małosolny 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko 2 szt (JAJ) 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) Połędwica drobiowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 859,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130 Tłuszcz [g] 99,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,9 Węglowodany ogółem [g] 386,1 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-26 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 oliwkami 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Rukola 5 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z kielbasą i kurczakiem 350 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ryż biały na sypko 200 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) Polędwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, ORZ, 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] 2 568,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,7 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Węglowodany ogółem [g] 385,6 suma cukrów prostych [g] 99,2 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 37
	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 oliwkami 60 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 5 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z kurczakiem 350 g Ryż biały na sypko 200 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 sopocka 45 g (GLU, SOJ, ORZ, 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] 2 573,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 387,9 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	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 oliwkami 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Rukola 5 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka orzech 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z kielbasą i kurczakiem 350 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ryż brązowy na sypko 200 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) Polędwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 815,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,4 Tłuszcz [g] 89,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 411,8 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 55,2
	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 oliwkami 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Rukola 5 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka orzech 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Leczo warzywne z kielbasą i kurczakiem 350 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ryż brązowy na sypko 200 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) Polędwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, ORZ, 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 z kurcząt 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 966,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,9 Tłuszcz [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Węglowodany ogółem [g] 434,1 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-27 wtorek	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) Schab wiśniowy 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka panierowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet z masłem i bułką 130 g (GLU, JAJ) 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 makreli i twarogu 80 g (MLE) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 647,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 387 suma cukrów prostych [g] 89,7 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,2
	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) Schab wiśniowy 45 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g Sos koperkowy 80 ml (MLE)		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 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] 2 700,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,2 Tłuszcz [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Węglowodany ogółem [g] 369,9 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	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 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) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Sos koperkowy 80 ml (MLE)	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 80 g (MLE) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 912,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,5 Tłuszcz [g] 103,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 393,7 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 58
	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 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) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Sos koperkowy 80 ml (MLE)	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 80 g (MLE) Rzepa biała 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] 3 064 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 137 Tłuszcz [g] 107,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 416 suma cukrów prostych [g] 78,8 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 61,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-28 środa	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) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptysiowym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 200 g (SEL, SEZ) Kopytka 200 g 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) Szynka konserwowa 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa 200 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 089 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 118,1 Tłuszcz [g] 102,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Węglowodany ogółem [g] 448,7 suma cukrów prostych [g] 104 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,8
	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) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z groszkiem ptysiowym 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 200 g (SEL, SEZ) Kopytka 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 konserwowa 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa b/groszku z jogurtem naturalnym 2%tł. 200 g (JAJ, MLE, SEL) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 976 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 456,1 suma cukrów prostych [g] 99,4 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,6
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek 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 bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z pestkami dyni 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 200 g (SEL, SEZ) Kasza bulgur na sypko 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa 200 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 424,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,9 Tłuszcz [g] 127,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 470,9 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 69,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek 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 bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa krem z białych warzyw zabieleny śmietaną 12% tł. z pestkami dyni 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 200 g (SEL, SEZ) Kasza bulgur na sypko 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Sałatka jarzynowa 200 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) 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] 3 610,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,4 Tłuszcz [g] 136,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 493,4 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 72,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-29 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 CUKRZYCOWA 5 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 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
	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 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	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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-30 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) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (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 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 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 krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400 ml (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 1 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
	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) Pomidor 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 grochowa z ziemniakami 400 ml (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 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 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) Pomidor 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 grochowa z ziemniakami 400 ml (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 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szyńska cygańska 20 g Salata 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-21 do dnia 2024-08-31 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-08-31 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 Papryka świeża 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 sypko 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
	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 jaglana 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 Papryka świeża 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	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g (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 Papryka świeża 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	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g (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 Salata 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