

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-11 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 593,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,1 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 382,4 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,3
	D LATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Pomidor 90 g Rukola 10 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 662,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,5 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 403,5 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 764,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,5 Tłuszcz [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 393,7 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 57
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g Rzodkiewka 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka farmerska 20 g Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Mizeria z jogurtem 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek topiony w plasterkach 1 szt (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 950,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Węglowodany ogółem [g] 416,2 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-12 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) Twarożek ze szpinakiem 60 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 506,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Tłuszcz [g] 88,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 343,6 suma cukrów prostych [g] 90 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	D LATWOSTRAWNA		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) Twarożek ze szpinakiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 646 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 380,3 suma cukrów prostych [g] 88,2 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	D CUKRZYCZOWA 5 POSILKÓW		Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek ze szpinakiem 60 g (MLE) 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) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 581 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,5 Tłuszcz [g] 91,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Węglowodany ogółem [g] 356,5 suma cukrów prostych [g] 57 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 53,8
	D CUKRZYCZOWA 6 POSILKÓW		Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek ze szpinakiem 60 g (MLE) 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) Paszтет warzywny 50 g (JAJ, SEL) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 g (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 50 g (JAJ, SOJ, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 867,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,2 Tłuszcz [g] 106,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 379,6 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-13 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Rzepa biała 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Pierogi z serem 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 ml (MLE) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 266,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,7 Tłuszcz [g] 111,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 455 suma cukrów prostych [g] 117,5 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,9
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Pomidor bez skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem 300g 7 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 ml (MLE) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 134,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,6 Tłuszcz [g] 111,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 429,9 suma cukrów prostych [g] 110,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kielbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 190,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 133,1 Tłuszcz [g] 111 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 445,1 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 11,6 Błonnik pokarmowy [g] 62,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kielbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g 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) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 347,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 140,7 Tłuszcz [g] 115,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 467,6 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-14 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 531,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,3 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 354,4 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 474,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 355 suma cukrów prostych [g] 76,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) 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) Połędwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 769,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,4 Tłuszcz [g] 100,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 375,4 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2024-09-14 sobota	D CUKRZYCZOWA 6 POSILKÓW		Kawa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) 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) Połędwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 40 g (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 952,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,8 Tłuszcz [g] 106,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Węglowodany ogółem [g] 399,2 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,1	
		2024-09-15 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 547 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,4 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Węglowodany ogółem [g] 363 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
			D ŁATWOSTRAWNA	Kakao 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowski 45 g Pomidor 90 g Szpinak baby 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Marchewka gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 538,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,4 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Węglowodany ogółem [g] 359,7 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 26,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-15 niedziela	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 716,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,9 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 391,5 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,7
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka gotowana 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 872,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115 Tłuszcz [g] 95,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 414 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,1
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Jabłko 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 828 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,6 Tłuszcz [g] 98,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 415,9 suma cukrów prostych [g] 113,6 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,8
2024-09-16 poniedziałek								

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-16 poniedziałek	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 734,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,8 Tłuszcz [g] 92,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 401 suma cukrów prostych [g] 105,8 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 899,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,8 Tłuszcz [g] 107,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 407,7 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,4
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka złota 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 055,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 112,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 430,2 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 58,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-17 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 586,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,9 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 407,2 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 711,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,2 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 405,6 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g Ogórek małosolny 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 968,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,5 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 453,9 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 69,3
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Rukola 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g Ogórek małosolny 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos bazyliowy 80 g (SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora, szynki i jajka 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 124,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,6 Tłuszcz [g] 87,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 476,4 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 72,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-18 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) Salatka 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 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] 2 550 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 379,6 suma cukrów prostych [g] 90,7 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
	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) 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) Polędwica 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) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 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] 2 730 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,2 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 393 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-18 środa	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) Połędwica 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) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 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 Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 886 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,3 Tłuszcz [g] 94,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4 Węglowodany ogółem [g] 415,5 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,8
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 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 Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 692,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 375,5 suma cukrów prostych [g] 97 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 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		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 Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 585,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,9 Tłuszcz [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Węglowodany ogółem [g] 371,8 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
2024-09-19 czwartek	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 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 Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Filet z indyka pieczony 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 Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 792,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,5 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 424,6 suma cukrów prostych [g] 66,2 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 61,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-19 czwartek	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 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 Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Filet z indyka pieczony 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 Sałata 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 Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 948,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,6 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 447,1 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 65,3
	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] 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 zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 g (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] 2 682,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,8 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 372 suma cukrów prostych [g] 87,3 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
2024-09-20 piątek	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 pietruszkowy 80 g (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] 2 939,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,1 Tłuszcz [g] 112,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 395,6 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 60,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 SZPITALE

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-09-20 piątek	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) Poledwica miodowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 g (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 Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] Tłuszcz [g] 117,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 418,1 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 64,1