

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-11-01 piątek	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabiелany śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz panierowana 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 686,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,1 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 382,7 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,6
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabiелany śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 130 g ( <b>SEL</b> ) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 633,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 387,2 suma cukrów prostych [g] 87,2 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Żurek z ziemniakami zabiелany śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 944,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,8 Tłuszcz [g] 104,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 404,7 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 59,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-01 piątek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет z soczewicy i warzyw 50 g ( <b>JAJ, SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopočka 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Żurek z ziemniakami zabielaы śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszoney kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 095,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,3 Tłuszcz [g] 108,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 427 suma cukrów prostych [g] 65,6 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 62,6
	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami zabielaы śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak po hawajsku 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż biały na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 402,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,9 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 371,8 suma cukrów prostych [g] 97,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 36
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż biały na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 562,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 399 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
2024-11-02 sobota	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bukowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabielaы śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 585,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,8 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 380,8 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 56,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-02 sobota	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka bukowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 741,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 89,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 403,3 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 59,7
	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 180 g Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 445,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 357,9 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,1
	D LATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 100 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 180 g Kalaftor z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 401,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,7 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 345,1 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
2024-11-03 niedziela	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem 20 g Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 180 g Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 602,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,1 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 375 suma cukrów prostych [g] 63,6 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kurczak w warzywach 250 g ( <b>SEL</b> ) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Schab wiśniowy 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 741,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 89,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 403,3 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 59,7

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-03 niedziela	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 100 g ( <b>SEL</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z majerankiem 20 g Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 180 g Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi indyka 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zrazowa 20 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 758,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,2 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 397,5 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 11,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,9
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z truskawkami 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Jabłko 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kofta drobiowa 100 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 781,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,3 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 447 suma cukrów prostych [g] 118,4 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 47,2
	D LATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z truskawkami 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kofta drobiowa 100 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza bulgur na sypko 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka gotowana 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 708 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,7 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Węglowodany ogółem [g] 420,3 suma cukrów prostych [g] 113,6 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
2024-11-04 poniedziałek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser twarogowy w kawałku 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bankietowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kofta drobiowa 100 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki jęczmienne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 984,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,4 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 439,5 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 63,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-04 poniedziałek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Ser twarogowy w kawałku 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bankietowa 20 g Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kofta drobiowa 100 g Sos pomidorowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Płatki jęczmienne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica drobiowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 135,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 94,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 461,8 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 66,7
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 988,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,4 Tłuszcz [g] 109,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Węglowodany ogółem [g] 395,7 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,3
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Kluski śląskie 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ) Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 159,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130,5 Tłuszcz [g] 121 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 402,1 suma cukrów prostych [g] 91,4 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
2024-11-05 wtorek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 015,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 139,6 Tłuszcz [g] 108,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 400,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 11,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-05 wtorek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka orzech 45 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Wieprzowina szarpana 250 g ( <b>SEL, SEZ</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczycwo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica miodowa 20 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 167,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 147,1 Tłuszcz [g] 112,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 423,1 suma cukrów prostych [g] 69,6 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 64,5
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka cygańska 45 g Marchewka Juniorka 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka Colesław z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 729,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,8 Tłuszcz [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 388,8 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
2024-11-06 środa	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Marchewka Juniorka 90 g Mix sałat 10 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 646,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,8 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 406,7 suma cukrów prostych [g] 88 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka cygańska 45 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wiśniowa 20 g Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka Colesław z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 884,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 118,4 Tłuszcz [g] 104,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 394,6 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-06 środa	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka cygańska 45 g Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wiśniowa 20 g Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica z kurcząt 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony w plastrach 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 069,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123,9 Tłuszcz [g] 113,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 417,1 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 61
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze szpinakiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 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 ( <b>MLE, SEL</b> ) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny i warzyw 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,2 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 374,8 suma cukrów prostych [g] 97,3 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze szpinakiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml ( <b>SEL</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sos estragonowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny i warzyw 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) 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] 2 671,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 411,6 suma cukrów prostych [g] 95,6 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 29
2024-11-07 czwartek	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze szpinakiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет warzywny 50 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sos estragonowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny i warzyw 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 606,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,3 Tłuszcz [g] 83,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 386,4 suma cukrów prostych [g] 62,5 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-07 czwartek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze szpinakiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Paszтет warzywny 50 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>JAJ</b> ) Sos estragonowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliny i warzyw 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Szynka drobiowa 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 763,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 111,2 Tłuszcz [g] 89,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 408,7 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,9
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 80 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kluski leniwe 350 g Sos jogurtowy z owocami 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica sopocka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 894,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135 Tłuszcz [g] 99 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 425,8 suma cukrów prostych [g] 134,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 36
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor bez skórki 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kluski leniwe 350 g Sos jogurtowy z owocami 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłka prażone 80 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica sopocka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 901,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,2 Tłuszcz [g] 103,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 416,3 suma cukrów prostych [g] 132,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
2024-11-08 piątek	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 80 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa żywiecka 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos jarzynowy 80 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica sopocka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 966,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123,7 Tłuszcz [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 423,9 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 13,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,8



Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-08 piątek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz z makreli 80 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa żywiecka 20 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos jarzynowy 80 g ( <b>MLE, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica sopocka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 178,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 133 Tłuszcz [g] 109 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 447,8 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 13,6 Błonnik pokarmowy [g] 65,2
	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza pęczak na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 533,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,7 Tłuszcz [g] 89,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 358,4 suma cukrów prostych [g] 87,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 37,7
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bankietowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona 100 g Sos koperkowy 80 g ( <b>MLE</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 403,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 353,8 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
2024-11-09 sobota	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza pęczak na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 771,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Tłuszcz [g] 102,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 379,4 suma cukrów prostych [g] 67,9 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 54,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALE

2024-11-09 sobota	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka bankietowa 45 g Ogórek 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza pęczak na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica drobiowa 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Ser twarogowy w kawałku 40 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 954,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,3 Tłuszcz [g] 108,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 403,2 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,5
	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g ( <b>SEL, GOR</b> ) Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka bawarska 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 546,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 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] 36,8
2024-11-10 niedziela	D LATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab po żydowski 45 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g ( <b>SEL, GOR</b> ) Ziemniaki 200 g Marchewka gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka bawarska 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 537,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Tłuszcz [g] 85,4 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
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab po żydowski 45 g Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g ( <b>SEL, GOR</b> ) 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 ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka bawarska 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 748,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108 Tłuszcz [g] 95,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 389,9 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-01 do dnia 2024-11-10 SZPITALA

2024-11-10 niedziela	D CIUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Schab po żydowsku 45 g Papryka świeża 90 g Mix salat 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g ( <b>SEL, GOR</b> ) 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 ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Salátka bawarska 200 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 4 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka gotowana 20 g Salata zielona 5 g	<b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 904,2</b> <b>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,1</b> <b>Tłuszcz [g] 100,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 412,4</b> suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 55
----------------------	--------------------------	---	--	---	-------------------	---	--	--