

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-12-01 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 517,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 361,1 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml (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 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 180 g Kalafior z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 397 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,4 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Węglowodany ogółem [g] 340,6 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica z majerankiem 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 679,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,1 Tłuszcz [g] 91,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 378,4 suma cukrów prostych [g] 65,5 Sól [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 49,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 100 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica z majerankiem 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos ziołowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka zrazowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 835,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,2 Tłuszcz [g] 96,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 400,9 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sól [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-02 poniedziałek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z truskawkami 60 g (MLE) Dżem 30 g Jabłko 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g 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] 2 781,1 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 ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z truskawkami 60 g (MLE) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 708 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
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek 90 g Mix sałat 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
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 80 g (MLE) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

2024-12-03 wtorek	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) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) Surówka z marchewki z chrzanem 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 jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) 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] 2 876,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,3 Tłuszcz [g] 102,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 393,6 suma cukrów prostych [g] 94,6 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3
	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) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) 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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) 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] 3 047,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,3 Tłuszcz [g] 114,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,9 Węglowodany ogółem [g] 400 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 31
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 903,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,4 Tłuszcz [g] 101,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,9 Węglowodany ogółem [g] 398,6 suma cukrów prostych [g] 66,5 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 61,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Połudwica miodowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 059,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,5 Tłuszcz [g] 106,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 421,1 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 64,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-04 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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Mix салат 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 kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g 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) Poledwica z kurcząt 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 739,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,9 Tłuszcz [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodany ogółem [g] 389,2 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
	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 cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (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) Poledwica z kurcząt 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 656,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,9 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 407,1 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka wiśniowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) 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 (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica z kurcząt 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 894,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,5 Tłuszcz [g] 106,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 395 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 57,6
	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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka wiśniowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) 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 (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica z kurcząt 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-05 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) 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 (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) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2532,2 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 (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 ml (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) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, 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] 2671,5 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
	D CUKRZYCOWA 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) Pomidor 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 ml (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) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2606,5 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
	D CUKRZYCOWA 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) Pomidor 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 ml (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) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 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 drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-06 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 80 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Pierogi z serem 350g 8 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 g (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) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 3 037,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,6 Tłuszcz [g] 99,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Węglowodany ogółem [g] 432,8 suma cukrów prostych [g] 111,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
	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 80 g (SEL) 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 (MLE, SEL) Pierogi z serem 350g 8 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 g (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) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 044,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,8 Tłuszcz [g] 104 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 423,3 suma cukrów prostych [g] 108,9 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 80 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kiełbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 927,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123,3 Tłuszcz [g] 95,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 424,1 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 61,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 80 g (SEL) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Kiełbasa żywiecka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g (MLE) Salata zielona 5 g

2024-12-07 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa 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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (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) Poledwica drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 564,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 358,8 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,7
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa 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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka 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) Poledwica drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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] 2 414,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,1 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 354,1 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (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) Poledwica drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 802,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,9 Tłuszcz [g] 105,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 379,8 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (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) Poledwica drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 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) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-08 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix sałat 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 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) Salatka 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] 2 522,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 363 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 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 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) Salatka 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] 2 513,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 359,7 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix sałat 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 Ziemniaki 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka bawarska 200 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 723,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Tłuszcz [g] 93,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 389,3 suma cukrów prostych [g] 68,3 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix sałat 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 Ziemniaki 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka 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 (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 879,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,5 Tłuszcz [g] 98,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 411,8 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-09, poniedziałek	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Jabłko 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 ml (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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 420 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 381,7 suma cukrów prostych [g] 109,5 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa 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 naturalny 60 g (MLE) Jabłko pieczone 150g 1 szt Dżem 30 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 ml (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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 326,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,8 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 366,8 suma cukrów prostych [g] 101,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 ml (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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 491,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,9 Tłuszcz [g] 82,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 373,5 suma cukrów prostych [g] 54,2 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Rolada schabowa nadziewana szpinakiem 100 g Sos ziołowy 80 ml (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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka złota 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-01 do dnia 2024-12-10 SZPITALE

2024-12-10 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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z pora, 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) Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 664 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,5 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 390,6 suma cukrów prostych [g] 89 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,2
	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, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) 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 i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 865,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 410,6 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z brokulem 50 g (SOJ) Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 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 i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 022,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,7 Tłuszcz [g] 94,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 431,3 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sól [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 65,6
	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, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z brokulem 50 g (SOJ) Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z pora, marchewki i jabłka 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 i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 178,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 142,8 Tłuszcz [g] 99,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 453,8 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 69