

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2024-11-21 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, 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 złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g ( <b>MLE, GOR</b> ) 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> ) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g ( <b>MLE</b> ) 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] 2512,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,8 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 397,4 suma cukrów prostych [g] 90 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,4	
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, 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 złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g 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> ) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g ( <b>MLE</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] 2686,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,2 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Węglowodany ogółem [g] 401,4 suma cukrów prostych [g] 84,2 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,4	
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	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> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g ( <b>MLE, GOR</b> ) Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 200 g ( <b>MLE</b> ) Płatki żytnie 20 g		Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2827,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 124,3 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 424,2 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 57,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	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> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos estragonowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g ( <b>MLE, GOR</b> ) Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 200 g ( <b>MLE</b> ) Płatki żytnie 20 g		Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z twarogiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 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 bednarza 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2983,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,4 Tłuszcz [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 446,7 suma cukrów prostych [g] 69,6 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 61

2024-11-22 piątek	D. PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 ml (MLE) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 803,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110 Tłuszcz [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 422,1 suma cukrów prostych [g] 153,7 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,8
	D. ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 ml (MLE) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 822,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,3 Tłuszcz [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 413,9 suma cukrów prostych [g] 151,2 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	D. CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 917,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,3 Tłuszcz [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 435,6 suma cukrów prostych [g] 75,4 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 67,3
	D. CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Połędwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Naleśniki z mąki gryczanej z warzywami 2 szt (JAJ, MLE, SEL) Sos czosnkowy z jogurtem naturalnym 2%tł. 80 ml (MLE) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (JAJ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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 cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

2024-11-23 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Chleb razowy 70 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos chrzanowy 80 ml ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Buraczki gotowane 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> ) Kielbasa szynkowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</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] 2 580 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Tłuszcz [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 377,7 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,8
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, 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> ) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos jarzynowy 80 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Buraczki gotowane 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> ) Kielbasa szynkowa 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] 2 630,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 387,1 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 28
	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> ) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos chrzanowy 80 ml ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g ( <b>SEL</b> ) Kompot b/c 300 ml	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 000,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,1 Tłuszcz [g] 117 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,6 Węglowodany ogółem [g] 399,1 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 60,1
	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> ) Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 8 g ( <b>MLE</b> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Udko z kurczaka pieczone 120 g Sos chrzanowy 80 ml ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g ( <b>SEL</b> ) Kompot b/c 300 ml	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</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> ) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 40 g Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 200,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 123,4 Tłuszcz [g] 124,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 427,7 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 65,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

2024-11-24 niedziela	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> ) Szynka z piersi indyka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej 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 sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 561,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,9 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 356 suma cukrów prostych [g] 86,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 34
	D ŁATWOSTRAWNA	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> ) Szynka z piersi indyka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Kalafior 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 zrazowa 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] 2 409,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 354,3 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	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> ) Szynka z piersi indyka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 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> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 669,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,3 Tłuszcz [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Węglowodany ogółem [g] 367,7 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 50,9
	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> ) Szynka z piersi indyka 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 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> ) Ser żółty 45 g ( <b>MLE</b> ) 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> ) Szynka zrazowa 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 825,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,4 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7 Węglowodany ogółem [g] 390,2 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

2024-11-25 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 chrzanowy z koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 755,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,6 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 426,9 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 47,7
	D. ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa dyniowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Marchewka Juniorka 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 745,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 430,4 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	D. CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek chrzanowy z koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka bednarza 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 965,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Węglowodany ogółem [g] 445,3 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 63,1
	D. CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek chrzanowy z koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka bednarza 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpety z indyka 100 g (JAJ) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Poledwica sopocka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 122,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127,6 Tłuszcz [g] 96,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 467,8 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 66,5

2024-11-26 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, 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 cygańska 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet z masłem i bulką 130 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) 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> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) 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] 2 603,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Tłuszcz [g] 86,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 375 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bulka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka cygańska 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiankowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g ( <b>GLU</b> ) Bulka wrocławska 70 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) 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] 2 634,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,8 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 380,7 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	D CUKRZYCOWA 5 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 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> ) Serek wiejski lekki 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmieńne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 862,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,5 Tłuszcz [g] 101,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 396,9 suma cukrów prostych [g] 68,5 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	D CUKRZYCOWA 6 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 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> ) Serek wiejski lekki 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml ( <b>SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmieńne 20 g ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE</b> ) 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> ) Poledwica z kurcząt 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g

2024-11-27 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 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> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU, MLE</b> ) Salatka z ogórka kiszzonego 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> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 577,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 384,9 suma cukrów prostych [g] 93,5 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,1
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 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> ) Chłopski garnek z wieprzowiną 250 g ( <b>SEL</b> ) Kajzerka 1 szt ( <b>GLU, MLE</b> ) 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> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) 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] 2 548,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,5 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 385,2 suma cukrów prostych [g] 86,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	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> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g ( <b>MLE</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> ) Szynka gotowana 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 633,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 89,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 383,7 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 58,1
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	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> ) Serek homogenizowany z pomidorami 60 g ( <b>MLE</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> ) Szynka gotowana 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Chłopski garnek z wieprzowiną i kielbasą 250 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt ( <b>GLU</b> )	Chleb razowy 160 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynka złota 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Rzodkiewka 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> ) Hummus klasyczny 40 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

2024-11-28 czwartek	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> ) Schab bednarza 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem z cebulką 300g 7 szt ( <b>GLU, SOJ, SEL</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> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 032,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,5 Tłuszcz [g] 116,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 384,7 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
	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> ) Schab bednarza 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem 300g 7 szt ( <b>GLU, SOJ, SEL</b> ) Bukiet warzyw 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 Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 057,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,7 Tłuszcz [g] 116,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 384,4 suma cukrów prostych [g] 83,9 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	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> ) Schab bednarza 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Salata 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> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	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> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 185,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,3 Tłuszcz [g] 117,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,1 Węglowodany ogółem [g] 423 suma cukrów prostych [g] 79,9 Sól [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 61,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	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> ) Schab bednarza 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Ogórek 90 g Salata 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> ) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR</b> ) Papryka świeża 50 g	Zupa pejszanka z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 80 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	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> ) Pomidor 90 g Salata 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 konserwowa 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g



2024-11-29 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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> ) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tt. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz panierowana 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej 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] 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	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 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> ) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g ( <b>SOJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tt. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <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> ) Poledwica drobiowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 644,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,5 Tłuszcz [g] 82,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 387,5 suma cukrów prostych [g] 87,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	D CUKRZYCOWA 5 POŚLİKÓW	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> ) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g ( <b>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> ) Poledwica soppoka 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tt. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej 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] 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
	D CUKRZYCOWA 6 POŚLİKÓW	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> ) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g ( <b>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> ) Poledwica soppoka 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 50 g	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tt. 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>MLE</b> ) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej 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> ) Poledwica drobiowa 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-21 do dnia 2024-11-30 SZPITALE

2024-11-30 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml ( <b>GLU, 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 bukowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną 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 baltonowski 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 ( <b>MLE</b> ) 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 baltonowski 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) 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 baltonowski 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 ( <b>MLE</b> ) 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
	D CIUKRZYCOWA 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 ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) 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 zabieleną 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 ( <b>MLE</b> ) 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
	D CIUKRZYCOWA 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> ) Szynka bukowa 45 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) 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 zabieleną 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 ( <b>MLE</b> ) 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 wieśniowy 20 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR</b> ) Salata zielona 5 g