

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2024-12-21 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) Serek homogenizowany z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa 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] 2 548 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95 Tłuszcz [g] 87,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Węglowodany ogółem [g] 363 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
	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 z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana na sypko 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa 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] 2 598,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 372,4 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	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 z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa 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] 2 968,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,2 Tłuszcz [g] 121,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 384,4 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 59,7
	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 z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Koktail jogurtowo-owocowy b/c 200g 200 g (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kiełbasa szynkowa 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) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 40 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 168,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 120,5 Tłuszcz [g] 129 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 413 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 65,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-22 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) Szyńka z piersi indyka 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) Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 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) Ser żółty 45 g (MLE) 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 (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka z piersi indyka 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) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Kalafior 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) Szyńka zrazowa 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] 2 409,4 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 (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka wiśniowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) 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 (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka z piersi indyka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka wiśniowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) 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 (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) 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) Szyńka zrazowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata 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

2024-12-23 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) Połędwica sopočka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Połędwica drobiowa 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] 2535,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,1 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 390,1 suma cukrów prostych [g] 91,3 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
	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) Połędwica sopočka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Połędwica drobiowa 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] 2527,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,9 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 394 suma cukrów prostych [g] 88,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica sopočka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Szynka beczarza 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) Połędwica drobiowa 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] 2745,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,5 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 408,5 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 55,5
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Połędwica sopočka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Szynka beczarza 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) Połędwica drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Ogórek 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 40 g (MLE) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-24 wtorek	D. PODSTAWOWA	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz wigilijny 400 ml (SEL) Uszka z kapusta i grzybami 80 g (GLU, JAJ, MLE) Ryba dorsz po grecku 180 g (GLU, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pierogi wigilijne 3 szt (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Miruna zapiekana ze śmietaną z suszonymi pomidorami 100 g (RYB, MLE) Sledź po kaszubsku 80 g (RYB) Ciasto - makowiec 50 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 4 043,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 157,5 Tłuszcz [g] 179,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 471,5 suma cukrów prostych [g] 251,8 Sól [g] 479,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,5
	D. LATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz wigilijny z ziemniakami. 400 ml (SEL) Ryba dorsz po grecku 180 g (GLU, RYB, SEL) Ziemniaki 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) Pierogi ruskie 150g 3 szt (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa b/groszku z jogurtem naturalnym 2%tł. 100 g (JAJ, MLE, SEL) Miruna zapiekana ze śmietaną z suszonymi pomidorami 100 g (RYB, MLE) Pasta z tuńczyka i jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, RYB, SOJ, GOR) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 670,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 152,4 Tłuszcz [g] 152,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 439 suma cukrów prostych [g] 107,9 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 36
	D. CIUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek topiony w plastrach 1 szt (MLE) Ogórek 50 g	Barszcz wigilijny z ziemniakami. 400 ml (SEL) Ryba dorsz po grecku 180 g (GLU, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmieńne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pierogi wigilijne 3 szt (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Miruna zapiekana ze śmietaną z suszonymi pomidorami 100 g (RYB, MLE) Sledź po kaszubsku 80 g (RYB) Ciasto - makowiec 50 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 951,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 160,1 Tłuszcz [g] 172,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 470,1 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 65,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-24 wtorek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Rzodkiewka 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek topiony w plastrach 1 szt (MLE) Ogórek 50 g	Barszcz wigilijny z ziemniakami. 400 ml (SEL) Ryba dorsz po grecku 180 g (GLU, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pierogi wigilijne 3 szt (GLU, SOJ, SEL) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Miruna zapiekana ze śmietaną z suszonymi pomidorami 100 g (RYB, MLE) Sledź po kaszubsku 80 g (RYB) Ciasto - makowiec 50 g (GLU, JAJ) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Serek wiejski lekki 50 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 4 133 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 169,2 Tłuszcz [g] 179,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 494 suma cukrów prostych [g] 97,3 Sól [g] 12,7 Błonnik pokarmowy [g] 68,6
	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет ze śliwka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Baleron 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Kapusta modra z żurawiną 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) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem, ananasem i kukurydzą 200 g (JAJ, SOJ, GOR) Kiełbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata b/c 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 053 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 112,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 410,4 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	D LATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет ze śliwka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Szynka gotowana 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 350 ml Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Marchewka talarki mix 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) Salatka z kurczakiem, ryżem i pomidorem dietetyczna 200 g (JAJ, SOJ, GOR) Kiełbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata b/c 300 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 154,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,1 Tłuszcz [g] 122,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 400,1 suma cukrów prostych [g] 85,5 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 25
2024-12-25 środa	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет ze śliwka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Baleron 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Kapusta modra z żurawiną 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem brązowym, papryką i ogórkiem 200 g (JAJ, SOJ, GOR) Kiełbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata b/c 300 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 099,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,2 Tłuszcz [g] 114,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 408 suma cukrów prostych [g] 61,2 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 54,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-25 środa	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет ze śliwka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Baleron 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g Herbata b/c 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sos pieczeniowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Kapusta modra z żurawiną 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem brązowym, papryką i ogórkiem 200 g (JAJ, SOJ, GOR) Kielbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata b/c 300 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 262,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 142,4 Tłuszcz [g] 120,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 430,5 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 57,5
	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka pieczona 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabielyany śmietaną 12% tt. 400 ml (MLE, SEL) Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Sos majerankowy 80 ml (MLE) 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) Schab po warszawsku 80 g Szyńka z kurcząt 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 422 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,3 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 354,7 suma cukrów prostych [g] 95,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,6
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka pieczona 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Żurek z ziemniakami zabielyany śmietaną 12% tt. 400 ml (MLE, SEL) Roladka z indyka nadziewana warzywami 100 g (JAJ, SEL) Sos majerankowy 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) Schab pieczony 45 g Szyńka z kurcząt 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 504,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,3 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 360,2 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka pieczona 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Żurek z ziemniakami zabielyany śmietaną 12% tt. 400 ml (MLE, SEL) Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Sos majerankowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po warszawsku 80 g Szyńka z kurcząt 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 585,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,5 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 373,6 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-26 czwartek	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka pieczona 45 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Sos majerankowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel z jabłkiem b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po warszawsku 80 g Szynka z kurcząt 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Salata zielona 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 741,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,6 Tłuszcz [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Węglowodany ogółem [g] 396,1 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 60,7
	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlety warzywne z ciecierzycą 1 szt (SOJ, SEL) Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna 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) Ser żółty 45 g (MLE) 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] 2 520,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94 Tłuszcz [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 363,9 suma cukrów prostych [g] 88,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Kotlet warzywny 1 szt (JAJ, SEL) Sos koperkowy 80 ml (MLE) 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) Poledwica drobiowa 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] [kcal] 2 478,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,5 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 368,7 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Poledwica soppocka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlety warzywne z ciecierzycą 1 szt (SOJ, SEL) Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 778,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Tłuszcz [g] 98,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,9 Węglowodany ogółem [g] 385,9 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-27 piątek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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) Poledwica sopočka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlety warzywne z ciecierzycą 1 szt (SOJ, SEL) Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) 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) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 934,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,9 Tłuszcz [g] 103,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6 Węglowodany ogółem [g] 408,4 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 59,3
	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 bukowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak po hawajsku 250 g (SEL) Ryz biały na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) 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 (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400 ml (SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) Ryz biały na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) 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 CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) Ryz brązowy na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) 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 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-28 sobota	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka bukowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych i białka jaja 50 g (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kurczak w warzywach 250 g (SEL) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) 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) Schab wiśniowy 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) 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 (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 80 g (SEL) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Ziemniaki 180 g 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) Szynka z piersi indyka 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] [kcal] 2 712,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,2 Tłuszcz [g] 92,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 384 suma cukrów prostych [g] 96,1 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 38
	D LATWOSTRAWNA	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 80 g (SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, 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) 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] 2 489,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,5 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 82 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 26
2024-12-29 niedziela	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 80 g (SEL) Rzodkiewka 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica z majerankiem 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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] [kcal] 2 874,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,8 Tłuszcz [g] 101,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Węglowodany ogółem [g] 401,2 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-29 niedziela	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paprykarz z makreli 80 g (SEL) Rzodkiewka 90 g Mix салат 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	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 100 g Sos musztardowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka z piersi indyka 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) Szynka zrazowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 030,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,9 Tłuszcz [g] 106,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 423,7 suma cukrów prostych [g] 76,3 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 56,8
	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) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos koperkowy 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 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] 2 765,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Tłuszcz [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 441,1 suma cukrów prostych [g] 116,2 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 46,7
	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 truskawkami 60 g (MLE) Dżem 30 g Jabłko pieczone 150g 1 szt Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos koperkowy 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 cygańska 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] [kcal] 2 690,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 414,4 suma cukrów prostych [g] 110,5 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	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 салат 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) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos koperkowy 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 jęczmieńne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) 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] 2 968,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,7 Tłuszcz [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 433,6 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 62,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-30, poniedziałek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	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 zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos koperkowy 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 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) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 124,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,8 Tłuszcz [g] 95,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 456,1 suma cukrów prostych [g] 63,5 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 66,2
	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 sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Makaron świderki 200 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) 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] 2 876,6 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 sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabielaną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Makaron świderki 200 g (GLU, 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 sałat 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 sałat 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 białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 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) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 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

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-21 do dnia 2024-12-31 SZPITALE

2024-12-31 wtorek	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	<p>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 sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml</p>	<p>Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g</p>	<p>Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml</p>	<p>Pieczywo chrupkie 20 g</p>	<p>Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z jajka z natką pietruszki 60 g (JAJ, SOJ, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml</p>	<p>Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Połędwica miodowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1169/2011[kcal] 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</p>
-------------------	-------------------------	--	--	--	-------------------------------	--	---	--