

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki 200g, Kapusta kiszona zasmażana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka bawarska 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2456.81 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.13 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; suma cukrów prostych: 78.98 g; Sól: 8.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Węglowodany przyswajalne: 317.34 g; WW: 31.93 Por;

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g, Kalafior z wody 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokulem z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g ( <i>MLE</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2369.89 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.64 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 361.93 g; suma cukrów prostych: 79.73 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; Węglowodany przyswajalne: 336.91 g; WW: 33.88 Por;

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g, Kapusta kiszona zasmażana 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka bawarska 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 8g ( <i>MLE</i> ), Szynka wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Papryka świeża 50g,	Podwieczerek: Pieczywo chrupkie 20g,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2501.40 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.93 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 362.71 g; suma cukrów prostych: 46.53 g; Sól: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 50.00 g; Węglowodany przyswajalne: 312.70 g; WW: 31.44 Por;

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g,	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g, Kapusta kiszona zasmażana 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szynka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka bawarska 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 8g ( <i>MLE</i> ), Szynka wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Papryka świeża 50g,	Podwieczerek: Pieczywo chrupkie 20g,	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 4g ( <i>MLE</i> ), Polędwica drobiowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałata zielona 5g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2657.44 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 123.08 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 385.21 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Sól: 9.79 g; Błonnik pokarmowy: 53.36 g; Węglowodany przyswajalne: 331.85 g; WW: 33.36 Por;

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Hummus z oliwkami 60g ( <i>SOJ</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Burger szpinakowy 100g ( <i>JAJ</i> ), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 200g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Wędlina sojowa 45g, Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokulem z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g ( <i>MLE</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2606.60 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 89.49 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 415.37 g; suma cukrów prostych: 94.64 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 48.47 g; Węglowodany przyswajalne: 366.90 g; WW: 36.96 Por;

niedziela 2025-02-23      Jadłospis dla diety: D Z PRODUKTAMI BEZGLUTENOWYMI		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb bezglutenowy 100g ( <i>SOJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Filet z kurczaka pieczony 45g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bezglutenowy 100g ( <i>SOJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokulem z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g ( <i>MLE</i> ), Schab pieczony 45g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2049.82 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 88.10 g; Tłuszcz: 67.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 278.47 g; suma cukrów prostych: 84.21 g; Sól: 4.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Węglowodany przyswajalne: 254.17 g; WW: 25.47 Por;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA</span>		
Kakao na mleku sojowym 300ml ( <i>SOJ</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Szyunka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Kotlet schabowy wieprzowy (smażony) 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), ziemniaki 200g, Kapusta kiszona zasmażana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Szyunka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka bawarska 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2698.27 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 128.58 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 364.62 g; suma cukrów prostych: 67.63 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 40.20 g; Węglowodany przyswajalne: 324.42 g; WW: 32.59 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA</span>		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka wieśniowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Szyunka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g, Kalafior z wody 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z jogurtem naturalnym 2%tł. 200g ( <i>MLE</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2517.06 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.65 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 382.80 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Sól: 7.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; Węglowodany przyswajalne: 355.45 g; WW: 35.74 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D NISKOBIĄŁKOWA</span>		
Soczek owocowy 1szt, Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Pasta brokułowa 80g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Burger szpinakowy b/jajka 100g, Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 200g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z olejem rzepakowym 200g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, Miód 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2303.69 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 50.46 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 476.31 g; suma cukrów prostych: 90.00 g; Sól: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 44.10 g; Węglowodany przyswajalne: 432.22 g; WW: 43.52 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA</span>		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Bułka wrocławska 160g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka z kurcząt mielona 40g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 12% tł.-przecierana 400ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab pieczony mielony 100g, Sos pieczeniowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g, Kalafior z wody - rozdrobniony 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka zrazowa mielona 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka bawarska - przecierana 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2466.20 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.20 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 358.06 g; suma cukrów prostych: 80.13 g; Sól: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g; Węglowodany przyswajalne: 337.20 g; WW: 33.84 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D WEGAŃSKA</span>		
Kakao na mleku sojowym 300ml ( <i>SOJ</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Hummus z oliwkami 60g ( <i>SOJ</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Burger szpinakowy 100g ( <i>JAJ</i> ), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 200g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g, Wędlina sojowa 45g, Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z olejem rzepakowym 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2869.06 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.84 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 429.58 g; suma cukrów prostych: 83.18 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 55.75 g; Węglowodany przyswajalne: 373.83 g; WW: 37.60 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA</span>		
Kakao na mleku sojowym 300ml ( <i>SOJ</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło roślinne 20g, Szyunka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy b/śmietany 80ml, Ziemniaki 200g, Kalafior z wody 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło roślinne 20g, Szyunka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z olejem rzepakowym 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2629.37 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 136.95 g; Tłuszcz: 71.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 376.08 g; suma cukrów prostych: 68.22 g; Sól: 7.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; Węglowodany przyswajalne: 343.78 g; WW: 34.51 Por;

niedziela 2025-02-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</span>		
Kakao na mleku 300ml ( <i>MLE</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa pomidorowa z ryżem białym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Schab pieczony 100g, Sos pieczeniowy b/śmietany 80ml, Ziemniaki 200g, Kalafior z wody 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyunka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Sałatka ziemniaczana z pomidorem i brokułem z jogurtem naturalnym 2%tł. 100g ( <i>MLE</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2359.47 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.51 g; Tłuszcz: 59.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 361.73 g; suma cukrów prostych: 79.53 g; Sól: 7.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; Węglowodany przyswajalne: 336.71 g; WW: 33.86 Por;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: D PŁYNNNA
Płynna do sondy (śniadanie) 500g ( <i>JAJ, MLE</i> ),	Płynna do sondy (obiad) 500g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ),	Płynna do sondy (kolacja) 500g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 1805.50 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 85.97 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 158.82 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Sól: 2.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g; Węglowodany przyswajalne: 142.25 g; WW: 14.29 Por;

niedziela 2025-02-23			Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA
Kakao na mleku sojowym 300ml ( <i>SOJ</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g , Szyńka z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/śmietany 400ml ( <i>SEL</i> ), Schab pieczony 100g , Sos pieczeniowy b/śmietany 80ml , ziemniaki 200g , Kapusta kiszona zasmażana 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g , Szyńka zrazowa 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Sałatka bawarska 100g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i> ),	
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 8g , Szyńka wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Papryka świeża 50g ,	<b>Podwieczorek:</b> Pieczywo chrupkie 20g ,		

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2727.41 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 147.50 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; suma cukrów prostych: 35.34 g; Sól: 9.63 g; Błonnik pokarmowy: 59.80 g; Węglowodany przyswajalne: 316.35 g; WW: 31.72 Por;

**Dietetyk**

.....