

## Jadłospisy w dniu 2024-02-05 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-05 poniedziałek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półtł. 50 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g pasztet dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Fasolka po bretońsku 1 Por Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml chleb 500g 90 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por kiełbasa krakowska 60 g Sałatka brokułowa 150 g		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 751,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 116,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 28,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 406,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 118,9 <b>Sól [g]</b> 8,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,3
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półtł. 50 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g pasztet dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Bitka z cielęciny w sosie własnym 180 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kiełbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 505,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 69,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 377,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 126,7 <b>Sól [g]</b> 6,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,4
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml		Kleik z ryżu 300 ml		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 594,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 12,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 2,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 0,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 133,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 30,9 <b>Sól [g]</b> 0,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 4,9

2024-02-05 poniedziałek

Papkowata	Papka- kasza kukurydziana na mleku 400 Por	Papka- bulion z mięsem 450 Por	Papka- jarzynowa z mięsem 450 Por	Papka- kasza manna/ ml 400 Por	Papka- ryż/ ml 450 Por	Wartość energetyczna[kcal] 1 763,6 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 173,1 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 2,8 Błonnik pokarmowy [g] 8,2
Płynna	Zupa bulion z ryżem, mięsem i żółtkiem 250 g	Ryż /ml VIII 250ml 250 ml	Zupa bulion z ryżem z żółtkiem 250ml 250 ml	Zupa jarzynowa płynna 250 ml	Zupa krupnik z żółtkiem VII 300ml 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 634,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 185,2 suma cukrów prostych [g] 23,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 16,4
Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półt. 50 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g pasztet dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Bitka z cielęciny w sosie własnym 180 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 505,4 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 377,1 suma cukrów prostych [g] 126,7 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
Bezmielczna	Zestaw herbata dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g pasztet dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Kisiel 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 425 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 316,6 suma cukrów prostych [g] 93 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 31

## Jadłospisy w dniu 2024-02-05 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-02-05 poniedziałek	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półtł. 50 g banan 150 g	chleb 500g 30 g margaryna śniad. 5 g paszтет dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Bitka z cielęciny w sosie własnym 180 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g	chleb 500g 30 g margaryna śniad. 5 g kielbasa żywiecka 15 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 493,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 114,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 75,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 355,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 92,4 <b>Sól</b> [g] 7,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,3
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półtł. 50 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g paszтет dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Bitka z cielęciny w sosie własnym 180 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 505,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 109,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 32 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 377,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 126,7 <b>Sól</b> [g] 6,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,4
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por mielonka tyrolska 30 g ser twar. półtł. 50 g banan 150 g	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g paszтет dr. 15 g szpinak świeży (f) 2 g	Zupa krupnik 450 ml Bitka z cielęciny w sosie własnym 180 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g	Budyń 200 ml biszkopty 10 g	Zestaw herbata dieta 1 Por kielbasa krakowska 60 g pomidor koktajlowy(f) 100 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 505,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 109,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 32 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 377,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 126,7 <b>Sól</b> [g] 6,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,4