

## Jadłospisy w dniu 2024-02-09 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-09 piątek	Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml Zestaw herbata ogólna 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem 15 g szpinak świeży (f) 2 g chleb 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejzanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba smażona panierowana 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g chleb 500g 30 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao ogólna 1 Por ser twar. półtt. 100 g Dżem 25g 25 g		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 720,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 115,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 100,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,5 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 85,6 <b>Sól [g]</b> 6,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,9
	Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem 15 g szpinak świeży (f) 2 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejzanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba pieczona 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtt. 100 g Dżem 25g 25 g		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 760,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 363,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 87 <b>Sól [g]</b> 6,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
	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
	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		<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 763,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 87,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 37 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 173,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 58,1 <b>Sól [g]</b> 2,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 8,2

## Jadłospisy w dniu 2024-02-09 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-02-09 piątek

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	Kasza manna na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem szpinak świeży (f) 2 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejszanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba pieczona 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtl. 100 g Dżem 25g 25 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 760,2 Białko ogółem [g] 133,9 Tłuszcz [g] 92,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Węglowodany ogółem [g] 363,6 suma cukrów prostych [g] 87 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
Bezmleczna	Zestaw herbata dieta 1 Por pasztet dr. 80 g sok wielowarzywny 1 szt	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Szynka z liściem szpinak świeży (f) 2 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	pomidor (f) 10 g margaryna śniad. 5 g Schab bez konserwantów 15 g bułka psz. weka 500g 25 g	Zestaw herbata dieta 1 Por mielonka tyrolska 60 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 568,7 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 105,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 1 131 suma cukrów prostych [g] 112,1 Sól [g] 255,9 Błonnik pokarmowy [g] 76,9
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw herbata ogólna 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem szpinak świeży (f) 2 g chleb 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejszanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba pieczona 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g chleb 500g 30 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao ogólna 1 Por ser twar. półtl. 100 g	mielonka tyrolska 15 g chleb 500g 30 g margaryna śniad. 5 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 364 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

## Jadłospisy w dniu 2024-02-09 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-02-09 piątek	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem 15 g szpinak świeży (f) 2 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejzanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba pieczona 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 25 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 760,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 363,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 87 <b>Sól [g]</b> 6,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 400 ml Zestaw herbata dieta 1 Por sok wielowarzywny 1 szt pasztet dr. 80 g	Szynka z liściem 15 g szpinak świeży (f) 2 g bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g	Zupa pejzanka 450 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml Ryba pieczona 100 g Sos grecki 200 g	margaryna śniad. 5 g bułka psz. weka 500g 25 g pomidor (f) 10 g Schab bez konserwantów 15 g	Zestaw kakao dieta 1 Por ser twar. półtł. 100 g Dżem 25g 25 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 760,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 363,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 87 <b>Sól [g]</b> 6,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,6