

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-15 czwartek	Podstawowa	Zestaw kawa mleczna ogólna 1 Por parówka 80 g musztarda jednoporcjowa 20g 20 g jogurt owocowy mały 150 g	chipsy bananowe 100g 100 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko pieczone 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata ogólna 1 Por Kaszanka na gorąco z cebulą 150 g ogórek kiszony(f) 100 g sok wielowarzywny 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 3 501,6 Białko ogółem [g] 143,3 Tłuszcz [g] 175,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 355,4 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 14,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,2
	Łatwo strawna	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szyńka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 700,1 Białko ogółem [g] 130,3 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 323 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Kleikowa	Kleik z kaszy kukurydzianej 300 ml		Kleik z kaszy manny 300 ml		Kleik z ryżu 300 ml		

2024-02-15 czwartek

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 parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szynka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 700,1 Białko ogółem [g] 130,3 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 323 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
Bezmielczna	Zestaw herbata dieta 1 Por parówka 80 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szynka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 493,2 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 99,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 297,6 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-02-15 czwartek	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por parówka 80 g jogurt naturalny mały 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szyńka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt	Chleb razowy 450g 30 g margaryna śniad. 5 g ogórek kiszony(f) 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 730,7 Białko ogółem [g] 132,2 Tłuszcz [g] 108,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Węglowodany ogółem [g] 3 578 suma cukrów prostych [g] 141 Sól [g] 72,6 Błonnik pokarmowy [g] 229,2
	Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szyńka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 700,1 Białko ogółem [g] 130,3 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 323 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	Zestaw kawa mleczna dieta 1 Por parówka 80 g jogurt owocowy mały 150 g	jabłko deser (f) 250 g	Zupa ryżanka 450 ml Udko gotowane 280 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców świeżych i mrożonych 250 ml	bułka psz. weka 500g 25 g margaryna śniad. 5 g Schab z piecka 15 g pomidor (f) 15 g	Zestaw herbata dieta 1 Por Szyńka biała 60 g sok wielowarzywny 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 700,1 Białko ogółem [g] 130,3 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 323 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6