

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Normalna ZOL (ogólna) / Obz.	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb bałtownoski psz-żył Ogórek kiszony w plasterki Maślanka		zupa grochowa 400ml Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Kotlet mielony z łopatki wp. smażony Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb bałtownoski psz-żył Masło roślinne 39% Pomidor Liść salaty		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 461,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 96,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 77,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,20 <b>Sól [g]</b> 5,90 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 36,50 <b>Glukoza [g]</b> 5,50 <b>Fruktoza [g]</b> 5,20 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 33,40 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,80
	Podstawowa Obzrycze	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb bałtownoski psz-żył Chleb razowy psz-żył Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Maślanka	Kisiel	zupa grochowa 400ml Ziemniaki gotowane Fasolka szparagowa gotowana Napój owocowy Kotlet mielony z łopatki wp. smażony Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb bałtownoski psz-żył Chleb razowy psz-żył Masło roślinne 39% Pomidor Liść salaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 3 004,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 121,20 <b>Tłuszcz [g]</b> 91,70 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 430,60 <b>Sól [g]</b> 5,90 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 38,30 <b>Glukoza [g]</b> 3,70 <b>Fruktoza [g]</b> 4,40 <b>Laktoza [g]</b> 16,20 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,40 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 57,10
	Dziewci obzrycze	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb bałtownoski psz-żył Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Maślanka	Kisiel	zupa grochowa 400ml Ziemniaki gotowane Fasolka szparagowa gotowana Napój owocowy Kotlet mielony z łopatki wp. smażony Sos jarzynowy	Banan	Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb bałtownoski psz-żył Masło roślinne 39% Pomidor Liść salaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 3 251,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 128,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 93,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 497,20 <b>Sól [g]</b> 6,50 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 38,70 <b>Glukoza [g]</b> 10,30 <b>Fruktoza [g]</b> 10,00 <b>Laktoza [g]</b> 16,20 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,50 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 86,00

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Cukrzyca obiz.	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb razowy psz-żyт Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Maślanka	Kisiel bez cukru	zupa grochowa 400ml Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy	Banan	Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb razowy psz-żyт Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 3 031,50 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 84,00 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 482,60 <b>Sól [g]</b> 6,40 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 38,20 <b>Glu koza [g]</b> 12,90 <b>Fruktoza [g]</b> 11,80 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,10 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 94,00
	Cukrzyca ZOL	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb razowy psz-żyт Ogórek kiszony w plasterki	Kisiel bez cukru	zupa grochowa 400ml Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy	Banan	Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb razowy psz-żyт Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 899,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 100,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 479,70 <b>Sól [g]</b> 6,20 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 35,90 <b>Glu koza [g]</b> 12,20 <b>Fruktoza [g]</b> 11,00 <b>Laktoza [g]</b> 11,60 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 87,80

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Lekkostrawna obiz.	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb pszenny Pomidor Jajko gotowane Maślanka Liść sałaty	Kisiel	Zupa grysikowa Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb pszenny Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 910,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 435,70 <b>Sól [g]</b> 8,00 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 38,20 <b>Glukoza [g]</b> 6,40 <b>Fruktoza [g]</b> 6,50 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,60 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,40
	lekkostrawna zol obrzyce	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb pszenny Pomidor Maślanka Liść sałaty	Kisiel	Zupa grysikowa Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb pszenny Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 381,70 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 355,60 <b>Sól [g]</b> 7,60 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 35,80 <b>Glukoza [g]</b> 6,00 <b>Fruktoza [g]</b> 6,00 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 69,40

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Wątrobowa obrz.	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb pszenny Pomidor Pasta z białka Maślanka Liść sałaty	Kisiel	Zupa grysikowa Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb pszenny Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 972,60 <b>Białko ogółem [g]</b> 120,20 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,50 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 436,00 <b>Sól [g]</b> 8,10 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 41,30 <b>Glukoza [g]</b> 6,40 <b>Fruktoza [g]</b> 6,50 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,60 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 70,40
	Wątrobowa zol obrzyce	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Paszтет zapiekany wieprz.-drob Masło roślinne 39% Chleb pszenny Pomidor Maślanka Liść sałaty Pasta z białka	Kisiel	Zupa grysikowa Ziemniaki gotowane Marchew gotowana Napój owocowy Pulpet z łopatki wieprzowej parowany Sos jarzynowy		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb pszenny Masło roślinne 39% Pomidor Liść sałaty		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 564,30 <b>Białko ogółem [g]</b> 105,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 356,70 <b>Sól [g]</b> 8,00 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 42,30 <b>Glukoza [g]</b> 6,00 <b>Fruktoza [g]</b> 6,00 <b>Laktoza [g]</b> 16,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 69,50

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Wegetariańska obrz.	Platki jęczmienne na mleku Herbata 250ml Masło roślinne 39% Chleb bałtnowski psz-żyt Ser żółty Gouda Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Maślanka	Kisiel	Zupa grysikowa Pierogi ruskie parowane Fasolka szparagowa gotowana Napój owocowy Surówka z marchewki		Herbata 250ml Pasta twarogowa z pietruszką Chleb bałtnowski psz-żyt Masło roślinne 39% Pomidor Liść salaty	Biszkopty 1szt.	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 613,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 95,20 <b>Tłuszcz [g]</b> 72,30 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 398,60 <b>Sól [g]</b> 7,70 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 31,10 <b>Glukoza [g]</b> 5,50 <b>Fruktoza [g]</b> 6,00 <b>Laktoza [g]</b> 15,80 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,10 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 65,50
	Wysokobiałkowa obrz.	Makaron na mleku Herbata 250ml Wędlina schab na kartki wieprzowy Masło roślinne 39% Chleb bałtnowski psz-żyt Liść salaty Pomidor	Jogurt owocowy 1szt.	Zupa jarzynowa z ziemniakami Kasza jęczmienna gotowana Napój owocowy Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, marchewka) Roladka wieprzowa parowana Sos śmietanowo-szpinakowy	Budyń	Twaróg - plastry Herbata 250ml Chleb bałtnowski psz-żyt Masło roślinne 39% Liść salaty Dżem truskawkowy 1szt	Mus 100% owoców pieczywo chrupkie	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 3 004,00 <b>Białko ogółem [g]</b> 148,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 86,50 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 419,60 <b>Sól [g]</b> 4,70 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 50,80 <b>Glukoza [g]</b> 12,50 <b>Fruktoza [g]</b> 12,60 <b>Laktoza [g]</b> 31,30 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 20,20 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 113,40

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-08 poniedziałek	Bezmleczna obrz.	Makaron na wywarze Herbata 250ml Wędlina schab na kartki wieprzowy Chleb bałtnowski psz-żył Liść sałaty Masło roślinne 39% Pomidor	Herbatniki be-be 16g	Napój owocowy Zupa jarzynowa z ziemniakami Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, marchewka) Kasza jęczmienna gotowana Roladka wieprzowa parowana Sos szpinakowy bezmleczny	Jabłko 1szt	Herbata 250ml Wędlina Szykowa Dębowa wieprzowa Chleb bałtnowski psz-żył Masło roślinne 39% Ogórek kiszony w plasterki Dżem truskawkowy (słoik)	Mus 100% owoców pieczywo chrupkie	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> <b>2 248,70</b> <b>Białko ogółem [g] 101,80</b> <b>Tłuszcz [g] 61,10</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>337,30</b> <b>Sól [g] 5,70</b> <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> <b>36,00</b> <b>Glukoza [g] 8,50</b> <b>Fruktoza [g] 14,40</b> <b>Laktoza [g] 1,70</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> <b>23,30</b> <b>suma cukrów prostych [g]</b> <b>48,70</b>
2024-04-09 wtorek	Normalna ZOL (ogólna) Obrz.	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtnowski psz-żył Papryka w słupki Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa		Rosół z makaronem nitki Udka z kurczaka pieczone Buraczki gotowane Napój owocowy Ziemniaki gotowane Sos pieczeniowy		Salatka jarzynowa Chleb bałtnowski psz-żył Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szykowa Dębowa wieprzowa		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> <b>2 513,40</b> <b>Białko ogółem [g] 123,90</b> <b>Tłuszcz [g] 98,50</b> <b>Węglowodany ogółem [g]</b> <b>290,50</b> <b>Sól [g] 6,70</b> <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> <b>40,70</b> <b>Glukoza [g] 1,70</b> <b>Fruktoza [g] 1,80</b> <b>Laktoza [g] 13,20</b> <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> <b>15,40</b> <b>suma cukrów prostych [g]</b> <b>37,10</b>

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtownoski psz-żył Papryka w słupki Chleb razowy psz-żył Serek wiejski 1szt. Wędlina Połędwica Sopocka wieprzowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udko z kurczaka pieczone Napój owocowy Buraczki gotowane Ziemniaki gotowane Sos pieczeniowy		Salatka jarzynowa Herbata 250ml Chleb bałtownoski psz-żył Masło roślinne 39% Chleb razowy psz-żył Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 730,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 142,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 106,30 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,30 <b>Sól [g]</b> 8,80 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 44,60 <b>Glukoza [g]</b> 2,90 <b>Fruktoza [g]</b> 3,10 <b>Laktoza [g]</b> 18,10 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,60 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 53,00
	Dzieci obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtownoski psz-żył Papryka w słupki Serek wiejski 1szt. Wędlina Połędwica Sopocka wieprzowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udko z kurczaka pieczone Napój owocowy Buraczki gotowane Ziemniaki gotowane	Jabłko 1szt	Salatka jarzynowa Chleb bałtownoski psz-żył Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 881,50 <b>Białko ogółem [g]</b> 147,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 101,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 357,50 <b>Sól [g]</b> 9,40 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 44,30 <b>Glukoza [g]</b> 6,30 <b>Fruktoza [g]</b> 12,30 <b>Laktoza [g]</b> 17,50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 22,20 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 69,00

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Cukrzyca obiz.	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb razowy psz-żyt Papryka w słupki Serek wiejski 1szt. Wędlina Połędwica Jana wieprzowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem razowym Udko z kurczaka gotowane surówka z białej kapusty z papryką Napój owocowy Ziemniaki gotowane	Jabłko 1szt	Salatka jarzynowa Chleb razowy psz-żyt Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 834,80 <b>Białko ogółem [g]</b> 133,20 <b>Tłuszcz [g]</b> 111,20 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 339,60 <b>Sól [g]</b> 8,10 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 43,80 <b>Glukoza [g]</b> 9,30 <b>Fruktoza [g]</b> 14,90 <b>Laktoza [g]</b> 17,50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26,50 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 75,20
	Cukrzyca ZOL	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb razowy psz-żyt Papryka w słupki Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem razowym surówka z białej kapusty z papryką Napój owocowy Udko z kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane	Jabłko 1szt	Salatka jarzynowa Chleb razowy psz-żyt Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 642,10 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 102,30 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 333,10 <b>Sól [g]</b> 7,30 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 39,90 <b>Glukoza [g]</b> 8,70 <b>Fruktoza [g]</b> 14,10 <b>Laktoza [g]</b> 12,60 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,80



Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Lekkostrawna obiz.	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb pszenny Pomidor Wędlna Połędwica Sopocka wieprzowa Serek wiejski 1szt.	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udka z kurczaka gotowane Buraczki gotowane Napój owocowy Ziemniaki gotowane		Salatka jarzynowa Chleb pszenny Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlna Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 685,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 145,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,00 <b>Sól [g]</b> 10,20 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 43,70 <b>Glukoza [g]</b> 2,20 <b>Fruktoza [g]</b> 2,30 <b>Laktoza [g]</b> 17,50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 11,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,90
	lekkostrawna zol obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb pszenny Pomidor Wędlna szynka śniadaniowa drobiowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udka z kurczaka gotowane Buraczki gotowane Napój owocowy Ziemniaki gotowane		Salatka jarzynowa Chleb pszenny Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlna Szynkowa Dębowa wieprzowa		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 499,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,90 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,00 <b>Sól [g]</b> 8,40 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 39,80 <b>Glukoza [g]</b> 1,20 <b>Fruktoza [g]</b> 1,30 <b>Laktoza [g]</b> 12,60 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,50 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,10

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Wątrobowia obrz.	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb pszenny Pomidor Wędlina Połędwica Sopocka wieprzowa Serek wiejski 1szt.	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udka z kurczaka gotowane Buraczki gotowane Napój owocowy Ziemniaki gotowane		Salatka jarzynowa Chleb pszenny Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 685,20 <b>Białko ogółem [g]</b> 145,70 <b>Tłuszcz [g]</b> 97,80 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 308,00 <b>Sól [g]</b> 10,20 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 43,70 <b>Glukoza [g]</b> 2,20 <b>Fruktoza [g]</b> 2,30 <b>Laktoza [g]</b> 17,50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 11,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,90
	Wątrobowia zol obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb pszenny Pomidor Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa	Mus 100% owoców	Rosół z makaronem nitki Udka z kurczaka gotowane Buraczki gotowane Napój owocowy Ziemniaki gotowane		Salatka jarzynowa Chleb pszenny Herbata 250ml Masło roślinne 39% Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa		<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 499,90 <b>Białko ogółem [g]</b> 125,90 <b>Tłuszcz [g]</b> 92,10 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 292,00 <b>Sól [g]</b> 8,40 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 39,80 <b>Glukoza [g]</b> 1,20 <b>Fruktoza [g]</b> 1,30 <b>Laktoza [g]</b> 12,60 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 10,50 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,10

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Wegetariańska obrz.	Kasza manna na mleku 350ml Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtownoski psz-żyt Ser żółty Gouda Papryka w słupki Serek wiejski 1szt.	Mus owocowy	Rosół z makaronem nitki Ziemniaki gotowane Gulasz sojowy z warzywami surówka z białej kapusty z papryką Napój owocowy		Herbata 250ml Salatka jarzynowa Chleb bałtownoski psz-żyt Masło roślinne 39% Serek kanapkowy biały plastry	Sok marchewkowo-owocowy	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 738,40 <b>Białko ogółem [g]</b> 109,10 <b>Tłuszcz [g]</b> 103,50 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 358,70 <b>Sól [g]</b> 7,80 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 37,80 <b>Glukoza [g]</b> 5,90 <b>Fruktoza [g]</b> 5,60 <b>Laktoza [g]</b> 18,20 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,90 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 60,20
	Wysokobiałkowa obrz.	Płatki owsiane na mleku Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtownoski psz-żyt Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Jogurt naturalny Wędlina Szynka okopcona wieprzowa	Jabłko 1szt	Zupa krupnik z kielbasą wieprz.-drob Filet z piersi kurczaka gotowany Marchew gotowana Napój owocowy Ziemniaki gotowane Sos koperkowy	Koktajl truskawkowy	Kielbasa zwyczajna wieprz.-drob Ketchup Chleb bałtownoski psz-żyt Herbata 250ml Masło roślinne 39%	Herbatniki be-be 16g	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 3 220,50 <b>Białko ogółem [g]</b> 164,80 <b>Tłuszcz [g]</b> 114,40 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 397,60 <b>Sól [g]</b> 11,20 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 39,10 <b>Glukoza [g]</b> 10,10 <b>Fruktoza [g]</b> 15,50 <b>Laktoza [g]</b> 22,60 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31,80 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 89,10

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-04-08 do dnia 2024-04-09 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-09 wtorek	Bezmleczna obrz.	Płatki owsiane na wywarze Masło roślinne 39% Herbata 250ml Chleb bałtnowski psz-żyt Ogórek kiszony w plasterki Jajko gotowane Wędlina Szyńka okopcona wieprzowa	Jabłko 1szt	Zupa krupnik bezmi Filet z piersi kurczaka gotowany Napój owocowy Marchew gotowana Ziemniaki gotowane Sos szpinakowy bezmleczny	Podplomyki	Kiełbasa zwyczajna wieprz.-drob Ketchup Chleb bałtnowski psz-żyt Masło roślinne 39% Herbata 250ml Liść salaty	Herbatniki be-be 16g	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 611,60 <b>Białko ogółem [g]</b> 114,30 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,60 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 385,20 <b>Sól [g]</b> 7,70 <b>kw. nasycone ogółem [g]</b> 32,00 <b>Glukoza [g]</b> 8,60 <b>Fruktoza [g]</b> 14,10 <b>Laktoza [g]</b> 0,50 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 32,20 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 59,80