

Jadłospisy w dniu 2024-02-01 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-01 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pasta z jaj i majonezem i szczypiorem 60 g (JAJ, MLE, GOR) sałata 15 g Kielbasa krakowska 30 g Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Ziemniaki 250 g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) Serek homogenizowany naturalny 150 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Jabłka 120 g	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 304,8 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodny przyswajalne [g] 270,1 w tym cukry [g] 70,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 7,2
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE) sałata 15 g Kielbasa krakowska 30 g Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 250 g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150 g (GLU, MLE) Udko gotowane 120 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) Serek homogenizowany naturalny 150 g Jabłka 120 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 310,2 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodny przyswajalne [g] 280,1 w tym cukry [g] 72,5 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 6,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata b/cukru 250 ml Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70 g (JAJ, MLE) Kielbasa krakowska 30 g sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml	jogurt naturalny zott 180 g Podpłomyki bez cukru 17,5 g	Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Ziemniaki 250 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLE) Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Udko gotowane 120 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Jabłka 120 g	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) pomidory 60 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 000,6 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodny przyswajalne [g] 231,2 w tym cukry [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 7

Jadłospisy w dniu 2024-02-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-02-01 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną 250 ml Pasta z jaj koperkiem i jogurtem 70 g (JAJ, MLE) salata 15 g Kielbasa krakowska 20 g	biszkopty 20 g (GLU) Herbata z cytryną 250 ml	Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Fasolka szparagowa z masłem 150 g (MLE) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Udko gotowane 120 g	Jabłka 120 g	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g Dżem porcjowy 25 g	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 731,9 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodny przyswajalny [g] 205,4 w tym cukry [g] 66,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 4,6
---------------------	---------------------------	--	---	---	--------------	---	-----------------------------	---