

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---------------------|---|--|--------------|--|-------------------------|--|----------------------------|--|
| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
| 2024-02-15 czwartek | Dieta podstawowa | Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) rzodkiewka 30 g sałata 15 g polędwica luksusowa 30 g ser żółty 30 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml | | Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml banan 120 g | | Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g ogórek św. 60 g | Pasztecik z kapusta 50 g | Wartość energetyczna [kcal] 2 214,2 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Węglowodny przyswajalne [g] 272,1 w tym cukry [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 6,7 |
| | Dieta łatwostrawna | Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) sałata 15 g polędwica luksusowa 30 g Twarożek z jogurtem 50 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml | | Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml banan 120 g | | Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) | Mus owocowo warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] 2 295,4 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 63 Węglowodny przyswajalne [g] 660,1 w tym cukry [g] 84,3 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sól [g] 7,5 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) polędwica luksusowa 40 g ser żółty 30 g (MLE) sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml | kiwi 100 g | Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Udko gotowane 120 g Ziemniaki 250 g Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml | Kisiel surówkowy 150 ml | Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g Serek homogenizowany naturalny 150 g Papryka konserwowa 50 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE) | Pasztecik z kapusta 50 g | Wartość energetyczna [kcal] 1 994,3 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodny przyswajalne [g] 232,7 w tym cukry [g] 52,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 7,3 |

Jadłospisy w dniu 2024-02-15 KUCHNIA OGÓLNA

| | | | | | | | | |
|---------------------|---------------------------|---|--|--|-------------|---|----------------------------|---|
| 2024-02-15 czwartek | Dieta łatwostrawna dzieci | Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g twarożek zmiękowany 40 g (MLE) sałata 15 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml | Sok Karotka 150 g Chrupki kukurydziane 20 g | Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, SEL) Marchew z groszkiem 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml | banan 120 g | Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 30 g Serek Almette mini 30 g (MLE) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml | Mus owocowo warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] 1 853,5 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodny przyswajalny [g] 251,4 w tym cukry [g] 84,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sól [g] 4,4 |
|---------------------|---------------------------|---|--|--|-------------|---|----------------------------|---|