

Jadłospisy w dniu 2024-02-18 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-18 niedziela	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 50 g (SOJ) ogórki konserwowe 50 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)		Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Filet drobiowy panierowany 110 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki 250 g Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z łososia 150 g Serek homogenizowany naturalny 150 g papryka 70 g Herbata z cytryną 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 223,6 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodny przyswajalne [g] 276,3 w tym cukry [g] 77,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 6,6
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 50 g (SOJ) pomidory 60 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)		Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 250 g Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek homogenizowany naturalny 150 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) Jabłka 120 g Herbata z cytryną 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 061,6 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodny przyswajalne [g] 281,8 w tym cukry [g] 77,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 4,3
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 50 g (SOJ) ogórki konserwowe 50 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Chleb razowy 25 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE) pomidory 20 g	Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Buraki oprószone 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150 ml (MLE)	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Pasta z łososia 150 g Serek homogenizowany naturalny 150 g papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 255,1 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodny przyswajalne [g] 268,1 w tym cukry [g] 66,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 7,2

Jadłospis w dniu 2024-02-18 KUCHNIA OGÓLNA

2024-02-18 niedziela	Dieta łatwostrawna dzieci	Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) pomidory 40 g Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE) Dżem porcjowy 25 g	biszkopty 20 g (GLU) Herbata z cytryną 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dzieci 90 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, SEL) Buraki oprószane 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Budyń słodzony 150 ml (MLE)	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek homogenizowany naturalny 150 g Herbata z cytryną 250 ml Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 733,9 Białko ogółem [g] 73,3 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,2 Węglowodny przyswajalne [g] 369,5 w tym cukry [g] 84,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 5,9
----------------------	---------------------------	--	---	---	--------------------------------------	---	----------------------------	---