

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-20 wtorek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Herbata z cytryną 250 ml Dżem porcjowy 25 g Pasta z łososia 150 g papryka 70 g sałata 15 g Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE)		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 250 g (GLU, MLE) Ziemniaki 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Mandarynka 100 g		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g Kielbasa drobiowa 20 g (SOJ) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 270,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodny przyswajalne [g] 311,2 w tym cukry [g] 102,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 5,6
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE)		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 250 g Ćwikła z jabłkami 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Mandarynka 100 g		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Pasta warzywna 80 g	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 233,6 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodny przyswajalne [g] 303,8 w tym cukry [g] 101,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Pasta z łososia 150 g Serek Almette mini 30 g (MLE) papryka 70 g sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g (GLU) Paszтет drobiowy 20 g (GLU) Herbata b/cukru 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250 g Ćwikła z jabłkami 150 g kompot z owoców mroż.b/cukru 250 ml	Mandarynka 100 g	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml Kielbasa drobiowa 20 g (SOJ)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 914,3 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodny przyswajalne [g] 226,6 w tym cukry [g] 57,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 6,2

Jadłospisy w dniu 2024-02-20 KUCHNIA OGÓLNA

2024-02-20 wtorek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kiełbasa drobiowa 30 g (SOJ) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE) salata 15 g	Sok Karotka 150 g	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (GLU, MLE, SEL) Klops gotowany dzieci 90 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 150 ml (GLU, MLE, SEL) Ćwikła z jabłkami 130 g Ziemniaki pure dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Mandarynka 100 g	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Skyr naturalny 150 g (MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 719,6 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodny przyswajalne [g] 236,9 w tym cukry [g] 97,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 3,3
-------------------	---------------------------	--	-------------------	---	------------------	---	----------------------------	---