

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-18 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) pomidory 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml		Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) Dżem porcjowy 25 g Kielbasa poledwica 30 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 027,1 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 49,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodny przyswajalne [g] 279,1 w tym cukry [g] 81,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 7,1
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml		Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane 250 g Buraki oprószone 130 g (GLU, MLE) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) Dżem porcjowy 25 g Kielbasa poledwica 30 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 180,2 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodny przyswajalne [g] 369,1 w tym cukry [g] 89,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Sól [g] 7
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 40 g (SOJ) sałata 15 g pomidory 60 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) Herbata b/cukru 250 ml	Pasta warzywna 20 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 25 g (GLU)	Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ) Buraki oprószone 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) papryka 70 g Kielbasa poledwica 30 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 907,4 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodny przyswajalne [g] 256,7 w tym cukry [g] 72,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 7,3

Jadłospisy w dniu 2024-04-18 KUCHNIA OGÓLNA

2024-04-18 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 10 g (MLE) pomidory 50 g Kiełbasa drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 50 g (JAJ) pomidory 60 g salata 15 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE)	Chrupki kukurydziane kg 15 g Sok Karotka 150 g	Pomidorowa z ryżem 350 g (MLE, SEL) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki pure dzieci g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Klops gotowany dieta 90 g (GLU, JAJ)	Kisiel surówkowy 150 ml	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) Kiełbasa poledwica 30 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 200 g (GLU, MLE)	Przecier burak-jabłko 250 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 654,2 Białko ogółem [g] 71,9 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,6 Węglowodny przyswajalne [g] 245,6 w tym cukry [g] 71,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Sól [g] 6,2
---------------------	---------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------