Jadłospisy w dniu 2024-05-10 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-10 piątek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g Skyr naturalny 150 g (***MLE***) papryka 70 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Jabłka 120 g		Chleb pszenno żytni 110 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Pasta z ryby wędzonej 60 g (***RYB***) pomidory 60 g Serek Almette mini 30 g (***MLE***) Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 029,4** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 44,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodny przyswajalne [g] 286,4** **w tym cukry [g] 88,1** **Błonnik pokarmowy [g] 33,5** **Sól [g] 7,5**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g Skyr naturalny 150 g (***MLE***) pomidory 60 g Ryż na mleku 350 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Makaron gotowany z serem 300 g (***GLU, MLE***) Jabłka 120 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jagurtem i koperkiem 70 g (***JAJ, MLE***) pomidory 60 g Serek Almette mini 30 g (***MLE***) Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,2** **Białko ogółem [g] 98,2** **Tłuszcz [g] 52,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6** **Węglowodny przyswajalne [g] 323,2** **w tym cukry [g] 98,1** **Błonnik pokarmowy [g] 17,1** **Sól [g] 5,5**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Jajko gotowane 100 g (***JAJ***) Skyr naturalny 150 g (***MLE***) pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	jogurt naturalny zott 180 g (***MLE***) Krakersy 15 g (***GLU, JAJ***)	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350 g (***GLU, MLE***) kompot z owoców mrożonych b/cukru 250 ml Sok pomidorowy 300 g	Jabłka 120 g	Chleb razowy 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Pasta z ryby wędzonej 60 g (***RYB***) Serek Almette mini 30 g (***MLE***) pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 891,9** **Białko ogółem [g] 94,6** **Tłuszcz [g] 48,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8** **Węglowodny przyswajalne [g] 237,9** **w tym cukry [g] 54,8** **Błonnik pokarmowy [g] 37,7** **Sól [g] 9,4**
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g Skyr naturalny 150 g (***MLE***) Ryż na mleku dzieci 250 ml (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml pomidory 60 g	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU, JAJ***) Herbata z cytryną 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Makaron gotowany z serem 300 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Jabłka 120 g	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Pasta z jaj z jagurtem i koperkiem 70 g (***JAJ, MLE***) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 774,1** **Białko ogółem [g] 74,5** **Tłuszcz [g] 45,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9** **Węglowodny przyswajalne [g] 263,3** **w tym cukry [g] 88,1** **Błonnik pokarmowy [g] 15,6** **Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone