Jadłospisy w dniu 2024-06-11 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-06-11 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 130 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) 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 gotowane z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym 250 g (***GLU, MLE***) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Jabłka 120 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 Kiełbasa drobiowa 20 g (***SOJ***) Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 327,8** **Białko ogółem [g] 99,9** **Tłuszcz [g] 59,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4** **Węglowodny przyswajalne [g] 332,3** **w tym cukry [g] 102,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9** **Sól [g] 5,4**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) Pasta warzywna 80 g (***GLU, SOJ***)		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 gotowane 250 g Ćwikła z jabłkami 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Jabłka 120 g		Kiełbasa drobiowa 30 g (***SOJ***) 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***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,4** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 61,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7** **Węglowodny przyswajalne [g] 326,8** **w tym cukry [g] 102,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3** **Sól [g] 5,1**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Pasta warzywna 80 g (***GLU, SOJ***) Serek Almette mini 30 g (***MLE***) papryka 70 g sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g (***GLU***) Pasztet drobiowy 20 g (***GLU, JAJ, SOJ***) Herbata b/cukru 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Klops gotowany dieta 90 g (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane 250 g Ćwikła z jabłkami 150 g Kompot z owoców mrożonych b/cukru 250 ml	Jabłka 120 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 Kiełbasa drobiowa 20 g (***SOJ***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 899,5** **Białko ogółem [g] 85,4** **Tłuszcz [g] 47,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4** **Węglowodny przyswajalne [g] 247** **w tym cukry [g] 55,6** **Błonnik pokarmowy [g] 35,9** **Sól [g] 5,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2024-06-11 KUCHNIA OGÓLNA

2024-06-11 wtorek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (***GLU, MLE***) Skyr naturalny 150 g (***MLE***) sałata 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	Jabłka 120 g	Kiełbasa drobiowa 30 g (***SOJ***) Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) pomidory 60 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (***GLU, MLE***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 816,7** **Białko ogółem [g] 80,6** **Tłuszcz [g] 47** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Węglowodny przyswajalne [g] 259,8** **w tym cukry [g] 98,5** **Błonnik pokarmowy [g] 21** **Sól [g] 3,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone