

## Jadłospisy w dniu 2024-06-26 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-06-26 środa	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) sałata lodowa 30 g Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		Grochówka z ziemniakami 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty z mięsem i kapustą 350 g ( <b>GLU</b> ) Brzoskwinie 120 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g papryka 70 g Kawa z mlekiem 250 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Parówka wieprzowa winerka 70 g Serek Almette mini 30 g ( <b>MLE</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 498,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 106,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 89,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 44 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 283,4 w tym cukry [g] 66,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 36,5 <b>Sól</b> [g] 7,1
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) sałata lodowa 30 g Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Klops gotowany dieta 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g		Bułka Kielecka 100 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Parówka wieprzowa winerka 70 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Serek Almette mini 30 g ( <b>MLE</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 393 <b>Białko</b> ogółem [g] 92,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 93,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 45 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 274,1 w tym cukry [g] 56,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 17,7 <b>Sól</b> [g] 6,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 12,5 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>SOJ</b> ) ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	krakersy 15 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Herbata b/cukru 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Klops gotowany N 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Pasta warzywna 80 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml Serek Almette mini 30 g ( <b>MLE</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 096,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 82,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 72 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,7 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 247,7 w tym cukry [g] 46,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,6 <b>Sól</b> [g] 6,3

## Jadłospis w dniu 2024-06-26 KUCHNIA OGÓLNA

2024-06-26 środa	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) Kielbasa szynkowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Dżem porcjowy 25 g sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku dzieci 250 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Rogaliki drożdżowe 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) Herbata z cytryną 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Klops gotowany dzieci 90 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Ziemniaki pure dzieci 170 g ( <b>MLE</b> ) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Brzoskwinie 120 g	Herbata z cytryną 250 ml Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Parówka wieprzowa winerka 70 g pomidory 60 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 958,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 74,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 73,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 28 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 244,6 w tym cukry [g] 64,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 18,1 <b>Sól</b> [g] 4,9
------------------	---------------------------	---	--	--	-------------------	---	---	---