

Jadłospisy w dniu 2024-08-29 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-08-29 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) rzodkiewka 50 g sałata 15 g polędwica luksusowa 30 g ser żółty 30 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Banan 1 szt. 200 szt		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) Pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Pasztecik z kapusta 50 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 409,2 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodny przyswajalne [g] 300,4 w tym cukry [g] 81,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 7
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) sałata 15 g polędwica luksusowa 30 g Twarożek z jogurtem 50 g (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Banan 1 szt. 200 szt		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE)	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 358,1 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 63,5 Węglowodny przyswajalne [g] 671,1 w tym cukry [g] 94 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 7,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) polędwica luksusowa 40 g ser żółty 30 g (MLE) sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml rzodkiewka 50 g	Chleb razowy 20 g (GLU) Pasztecik drobiowy 20 g (GLU, JAJ, SOJ)	Krupnik z ryżu 350 g (SEL) Udko gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 250 g Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 40 g (SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLE) Papryka konserwowa 50 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE)	Pasztecik z kapusta 50 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 048,6 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodny przyswajalne [g] 233,2 w tym cukry [g] 45,4 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 7,8

Jadłospis w dniu 2024-08-29 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) połędwica luksusowa 30 g twarożek zmiękowany 40 g (MLE) sałata 15 g Kasza manna na mleku dzieci 250 ml (GLU, MLE) Herbata z cytryną 250 ml	Sok Karotka 150 g Chrupki kukurydziane 20 g	Rosół z makaronem 350 g (GLU, JAJ, SEL) Udko gotowane 120 g Sos bazyliowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew z groszkiem gotowana 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki puree dzieci 170 g (MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Banan 1 szt. 200 szt	Bułka Kielecka 60 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Kielbasa tyrolska 30 g (SOJ, MLE) Serek Almette mini 30 g (MLE) pomidory 60 g Herbata z cytryną 250 ml	Mus owocowo warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 1 915,7 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodny przyswajalny [g] 262,3 w tym cukry [g] 94,1 Błonnik pokarmowy [g] 23 Sól [g] 4,4
---------------------	---------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------