Jadłospisy w dniu 2025-02-26 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-02-26 środa	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Płatki owsiane na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***) Serek Bieluch 0,15 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml ogórek św. 60 g		Kapuśniak ze świeżej kapusty 350 g (***GLU, SEL***) Filet drobiowy panierowany 110 g (***GLU, JAJ, MLE***) Ziemniaki gotowane 250 g Buraki oprószane 150 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa polędwica 40 g ser żółty 40 g (***MLE***) Jabłka 120 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,6** **Białko ogółem [g] 100,6** **Tłuszcz [g] 74,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9** **Węglowodny przyswajalne [g] 283,1** **w tym cukry [g] 86,2** **Błonnik pokarmowy [g] 34,8** **Sól [g] 5,7**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml Serek Bieluch 150 g Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***) Płatki owsiane na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) sałata 15 g Pomidorki koktajlowe 60 g		Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Schab gotowany 70 g (***SEL***) Ziemniaki gotowane 250 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Buraki oprószane 150 g (***GLU, MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***) Kiełbasa polędwica 40 g Dżem porcjowy 25 g Jabłka 120 g	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,1** **Białko ogółem [g] 104,6** **Tłuszcz [g] 68,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2** **Węglowodny przyswajalne [g] 307,9** **w tym cukry [g] 93** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Sól [g] 4,4**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata b/cukru 250 ml Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***) Serek Bieluch 150 g ogórek św. 60 g sałata 15 g	Kisiel bez cukru 150 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Schab gotowany 70 g (***SEL***) Sos bazyliowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Buraki oprószane 150 g (***GLU, MLE***) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Kefir 150 g (***MLE***) Krakersy 20 g (***GLU, JAJ***)	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 15 g ser żółty 40 g (***MLE***) Kiełbasa polędwica 40 g ogórki kiszone 40 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (***GLU, MLE***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,2** **Białko ogółem [g] 109,9** **Tłuszcz [g] 70,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodny przyswajalne [g] 256,2** **w tym cukry [g] 60,2** **Błonnik pokarmowy [g] 32** **Sól [g] 6,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2025-02-26 KUCHNIA OGÓLNA

2025-02-26 środa	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml Serek Bieluch 150 g Pomidorki koktajlowe 60 g Płatki owsiane na mleku dzieci 250 ml (***GLU, MLE***) Pasta warzywna 60 g (***GLU, SOJ***)	Kisiel słodzony 150 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350 g (***GLU, SEL***) Buraki oprószane 150 g (***GLU, MLE***) Ziemniaki pure dzieci 170 g (***MLE***) Sos bazyliowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Schab gotowany 70 g (***SEL***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	biszkopty 20 g (***GLU***) Herbata z cytryną 250 ml	Bułka Kielecka 50 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Jabłka 120 g Kiełbasa polędwica 30 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (***GLU, MLE***)	Mus owocowo warzywny 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898,4** **Białko ogółem [g] 84,7** **Tłuszcz [g] 57,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18** **Węglowodny przyswajalne [g] 248,6** **w tym cukry [g] 105,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **Sól [g] 3,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone