Jadłospisy w dniu 2025-03-13 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-03-13 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g 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 Kiełbasa 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] [kcal] 2 427** **Białko ogółem [g] 112,9** **Tłuszcz [g] 78,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4** **Węglowodny przyswajalne [g] 304,2** **w tym cukry [g] 81,9** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1** **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 Kiełbasa 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] [kcal] 2 376,6** **Białko ogółem [g] 110,6** **Tłuszcz [g] 69,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 63,5** **Węglowodny przyswajalne [g] 675** **w tym cukry [g] 94,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21,2** **Sól [g] 7,5**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g 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***) Pasztet 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 graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa 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] [kcal] 2 067,1** **Białko ogółem [g] 101,4** **Tłuszcz [g] 72,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8** **Węglowodny przyswajalne [g] 237,2** **w tym cukry [g] 45,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3** **Sól [g] 7,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2025-03-13 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-13 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) polędwica luksusowa 30 g twarożek zmiksowany 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 kg 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 pure 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 Kiełbasa 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] [kcal] 1 914,9** **Białko ogółem [g] 79,5** **Tłuszcz [g] 49,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2** **Węglowodny przyswajalne [g] 262,2** **w tym cukry [g] 94,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23** **Sól [g] 4,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone