Jadłospisy w dniu 2025-03-27 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-03-27 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 15 g (***MLE***) Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***) sałata 15 g Pasta z jaj z majonezem i szczypiorem 75 g (***JAJ, MLE, GOR***) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (***GLU, JAJ, SEL***) Udko gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150 g (***GLU, MLE***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g (***SOJ***) Serek homogenizowany naturalny 150 g (***MLE***) Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***) pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,9** **Białko ogółem [g] 110,1** **Tłuszcz [g] 79,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5** **Węglowodny przyswajalne [g] 273,6** **w tym cukry [g] 65** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6** **Sól [g] 7,8**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***) Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) sałata 15 g Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g (***JAJ, MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Rosół z makaronem 350 g (***GLU, JAJ, SEL***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150 g (***GLU, MLE***) Udko gotowane 120 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g (***SOJ***) Serek homogenizowany naturalny 150 g (***MLE***) Pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,3** **Białko ogółem [g] 111,1** **Tłuszcz [g] 79,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35** **Węglowodny przyswajalne [g] 283,6** **w tym cukry [g] 66,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **Sól [g] 7,5**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata b/cukru 250 ml Kiełbasa krakowska 30 g (***GLU***) Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 75 g (***JAJ, MLE***) sałata 15 g Herbata b/cukru 250 ml	jogurt naturalny zott 180 g (***MLE***) Podpłomyki bez cukru 17,5 g (***GLU, MLE***)	Krupnik z ryżu 350 g (***SEL***) Ziemniaki gotowane 250 g Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150 g (***MLE***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Udko gotowane 120 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Budyń bez cukru 150 ml (***MLE***)	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g (***SOJ***) pomidory 60 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (***GLU, MLE***) Serek homogenizowany naturalny 150 g (***MLE***) Jabłka 120 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182,7** **Białko ogółem [g] 108,9** **Tłuszcz [g] 72,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1** **Węglowodny przyswajalne [g] 258,5** **w tym cukry [g] 65,2** **Błonnik pokarmowy [g] 30,6** **Sól [g] 7,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2025-03-27 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-27 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Herbata z cytryną 250 ml Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70 g (***JAJ, MLE***) sałata 15 g Kiełbasa krakowska 20 g (***GLU***)	biszkopty 20 g (***GLU***) Herbata z cytryną 250 ml	Rosół z makaronem 350 g (***GLU, JAJ, SEL***) Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150 g (***MLE***) Ziemniaki pure dzieci 170 g (***MLE***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Udko gotowane 120 g	Budyń słodzony 150 ml (***MLE***)	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Kawa z mlekiem dzieci 250 g (***GLU, MLE***) Serek homogenizowany naturalny 150 g (***MLE***) Kiełbasa drobiowa 30 g (***SOJ***) Pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 897,7** **Białko ogółem [g] 89,2** **Tłuszcz [g] 68,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5** **Węglowodny przyswajalne [g] 224,3** **w tym cukry [g] 75** **Błonnik pokarmowy [g] 17** **Sól [g] 5,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone