

## Jadłospisy w dniu 2025-04-17 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-04-17 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (MLE) Ryż na mleku 350 ml (MLE) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml Pasta warzywna 60 g (GLU, SOJ)		Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Wątroba duszona z cebulą 150 g (GLU) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) Dżem porcjowy 25 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 281,6 <b>Białko ogółem</b> [g] 90,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 67,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28,3 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 298,2 <b>w tym cukry</b> [g] 89,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,7 <b>Sól</b> [g] 7,1
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (GLU) masło 82% 12,5 g (MLE) Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pomidorki koktajlowe 60 g sałata 15 g Herbata z cytryną 250 ml Pasta warzywna 60 g (GLU, SOJ) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ)		Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 70 g (SEL) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g		Bułka Kielecka 100 g (GLU) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) Dżem porcjowy 25 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kawa z mlekiem 250 g (GLU, MLE) Pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 224,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 96 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 29,6 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 300,7 <b>w tym cukry</b> [g] 89,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,3 <b>Sól</b> [g] 6,9
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (MLE) Kielbasa drobiowa 30 g (SOJ) sałata 15 g Pomidorki koktajlowe 60 g Pasta warzywna 60 g (GLU, SOJ) Herbata b/cukru 250 ml	Podplomyki bez cukru 17,5 g (GLU, MLE) Herbata b/cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany 70 g (SEL) Buraki oprószone 150 g (GLU, MLE) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g	Kisiel surówkowy 150 ml	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g (MLE) papryka 70 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Parówki Tarczyński 40 g	Przecier burak-jabłko 250 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 062,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 57,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 26,7 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 262,5 <b>w tym cukry</b> [g] 75,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,6 <b>Sól</b> [g] 7,2

## Jadłospisy w dniu 2025-04-17 KUCHNIA OGÓLNA

2025-04-17 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa drobiowa 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidorki koktajlowe 60 g sałata 15 g Pasta warzywna 60 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) Ryż na mleku dzieci 250 ml ( <b>MLE</b> )	Chrupki kukurydziane 15 g Sok Karotka 150 g	Pomidorowa z makaronem 350 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g ( <b>SEL</b> ) Kompot z owoców mrożonych 250 ml Buraki oprószone 150 g ( <b>GLU, MLE</b> )	Kisiel surówkowy 150 ml	Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Bułka Kielecka 60 g ( <b>GLU</b> ) margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g ( <b>MLE</b> ) Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ) Pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 943,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 34,4 <b>Węglowodny przyswajalne</b> [g] 255,3 w tym cukry [g] 86,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,6 <b>Sól</b> [g] 6,4
---------------------	---------------------------	--	--	---	-------------------------	--	-----------------------------	---