Zespół Opieki Zdrowotnej we Włoszczowie ul. Żeromkiego 28, 29-100 Włoszczowa

Jadłospisy w dniu 2025-05-28 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-05-28 środa	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Dżem porcjowy 25 g sałata lodowa 30 g Kiełbasa szynkowa 40 g (***SOJ***) pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Grochówka z ziemniakami 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Makaron pełnoziarnisty z mięsem i kapustą 350 g (***GLU***) kiwi 100 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g papryka 70 g Parówki Tarczyński 80 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,2** **Białko ogółem [g] 96,4** **Tłuszcz [g] 75,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4** **Węglowodny przyswajalne [g] 295,2** **w tym cukry [g] 80,5** **Błonnik pokarmowy [g] 39,2** **Sól [g] 8,6**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) masło 82% 12,5 g (***MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***SOJ***) sałata lodowa 30 g Dżem porcjowy 25 g pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (***GLU, MLE***) Herbata z cytryną 250 ml		Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Filet drobiowy gotowany 70 g Ziemniaki gotowane 250 g Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Bułka Kielecka 100 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Parówki Tarczyński 80 g pomidory 60 g Kawa z mlekiem 250 g (***GLU, MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,9** **Białko ogółem [g] 94** **Tłuszcz [g] 75** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5** **Węglowodny przyswajalne [g] 289,2** **w tym cukry [g] 79,3** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9** **Sól [g] 7,6**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g (***MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***SOJ***) Jajko gotowane 50 g (***JAJ***) sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Herbata b/cukru 250 ml	krakersy 15 g (***GLU, JAJ***) Herbata b/cukru 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Filet drobiowy gotowany 70 g Sos jarzynowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL***) Ziemniaki gotowane 250 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców mroż. b/cukru 250 ml	Gruszka 120 g	Chleb graham 100 g margaryna z omega 3 10 g Parówki Tarczyński 80 g papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml Serek Almette mini 30 g (***MLE***)	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 924,3** **Białko ogółem [g] 84,6** **Tłuszcz [g] 63,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5** **Węglowodny przyswajalne [g] 222** **w tym cukry [g] 39** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1** **Sól [g] 7,5**
	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) Kiełbasa szynkowa 30 g (***SOJ***) Dżem porcjowy 25 g sałata lodowa 30 g pomidory 60 g Płatki jęczmienne na mleku dzieci 250 g (***GLU, MLE***)	Rogaliki drożdżowe 50 g (***GLU, JAJ, MLE***) Herbata z cytryną 250 ml	Jarzynowa z makaronem z mroż. 350 g (***GLU, MLE, SEL***) Filet drobiowy gotowany 70 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Ziemniaki pure dzieci 170 g (***MLE***) Kompot z owoców mrożonych 250 ml	Gruszka 120 g	Herbata z cytryną 250 ml Bułka Kielecka 60 g (***GLU***) margaryna z omega 3 10 g Parówki Tarczyński 40 g pomidory 60 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 723,1** **Białko ogółem [g] 73,1** **Tłuszcz [g] 46,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7** **Węglowodny przyswajalne [g] 246,1** **w tym cukry [g] 75,4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **Sól [g] 6,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone