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

Jadłospisy w dniu 2025-11-27 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-11-27 czwartek	Dieta podstawowa	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g Ryż na mleku 350 ml Kiełbasa drobiowa 40 g Pomidory 50 g Herbata z cytryną 250 ml Pasta warzywna 45 g		Pomidorowa z makaronem 350 g Wątroba duszona z cebulą 150 g Buraki oprószane 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml		Chleb pszenno żytni 110 g margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g Dżem porcjowy 25 g Jajko gotowane 50 g Kawa z mlekiem 250 g Pomidory 50 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261** **Białko ogółem [g] 90,5** **Tłuszcz [g] 65,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7** **Węglowodny przyswajalne [g] 297,1** **w tym cukry [g] 89,3** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **Sól [g] 7,1**
	Dieta łatwostrawna	Bułka Kielecka 100 g masło 82% 12,5 g Ryż na mleku 350 ml Pomidory 50 g Herbata z cytryną 250 ml Pasta warzywna 45 g Kiełbasa drobiowa 40 g		Pomidorowa z makaronem 350 g Schab gotowany 70 g Sos jarzynowy 100 ml Buraki oprószane 150 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Ziemniaki gotowane 250 g		Bułka Kielecka 100 g margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g Dżem porcjowy 25 g Jajko gotowane 50 g Kawa z mlekiem 250 g Pomidory 50 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 204,2** **Białko ogółem [g] 95,9** **Tłuszcz [g] 58** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30** **Węglowodny przyswajalne [g] 299,6** **w tym cukry [g] 90,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,7** **Sól [g] 7,1**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb graham 100 g masło 82% 12,5 g Kiełbasa drobiowa 45 g Pomidory 50 g Pasta warzywna 45 g Herbata b/cukru 250 ml	Podpłomyki bez cukru 17,5 g Herbata b/cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 g Sos jarzynowy 100 ml Schab gotowany 70 g Buraki oprószane 150 g 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 papryka 50 g kawa z mlekiem b/cukru 250 g Jajko gotowane 50 g Parówki Tarczyński 40 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 043,5** **Białko ogółem [g] 91,4** **Tłuszcz [g] 56** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3** **Węglowodny przyswajalne [g] 261,6** **w tym cukry [g] 75,8** **Błonnik pokarmowy [g] 31,8** **Sól [g] 7,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy w dniu 2025-11-27 KUCHNIA OGÓLNA

2025-11-27 czwartek	Dieta łatwostrawna dzieci	Bułka Kielecka 60 g masło 82% 10 g Kiełbasa drobiowa 40 g Pomidory 50 g Pasta warzywna 45 g Ryż na mleku dzieci 250 ml	Chrupki kukurydziane kg 15 g Sok Karotka 150 g	Pomidorowa z makaronem 350 g Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Kompot z owoców mrożonych 250 ml Buraki oprószane 150 g	Kisiel surówkowy 150 ml	Jajko gotowane 50 g Bułka Kielecka 60 g margaryna z omega 3 10 g Serek Almette mini 30 g Dżem porcjowy 25 g Kawa z mlekiem dzieci 200 g Pomidory 50 g	Przecier burak-jabłko 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 922,5** **Białko ogółem [g] 83,8** **Tłuszcz [g] 48** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7** **Węglowodny przyswajalne [g] 254,2** **w tym cukry [g] 87,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31** **Sól [g] 6,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone