

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-19 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-19 czwartek	dzieta śródziemnom.	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g sztućka mięsa w sosie cebulowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z marchewki 100 g Kalańior z wody 100 g napój owocowy 250 ml		pasztet sojowy 50 g (SOJ) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2394 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 316 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 42
	podst Bar	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g sztućka mięsa w sosie cebulowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z marchewki 150 g napój owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2340 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 30
	lekka Ila	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sztućka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 120 g (GLU)		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2313 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 332 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zoledkowa IIb	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sztućka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2334 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 375 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 25

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-19 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-19 czwartek	cukrzycowa b/mil lid	ogonówka wieprzowa 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) marchewka gotowana 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (<i>JAJ</i>) pieczywo graham 50 g (<i>GLU</i>)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) pomidor 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2310 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 328 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 36
	b/białk. VI + w chemioter.	ryż na mleku 300 ml (<i>MLE</i>) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (<i>MLE</i>) ogonówka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt naturalny 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) marchewka gotowana 120 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (<i>JAJ</i>)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) pomidor 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2490 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 338 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzycowa VII	ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (<i>MLE</i>) ogonówka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) papryka świeża 50 g pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt naturalny 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) sztuka mięsa w sosie dietetycznym (2) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) surówka z marchewki 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (<i>JAJ</i>)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) pomidor 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2307 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 290 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 35