

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-22 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-22 niedziela	dieta śródziemnom.	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pomidor 50 g pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR) napój owocowy 250 ml		pastą z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (JAJ, RYB, MLE) papryka świeża 50 g Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2463 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 271 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 26
	podst Bar	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR) napój owocowy 250 ml		pastą z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (JAJ, RYB, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2309 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 268 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 20
	lekka Ila	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)		połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2301 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 308 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 21
	zołędkowa IIB	szynka gotowana wieprzowa 50 g Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2354 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml IId	szynka gotowana wieprzowa 80 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	Jajko gotowane 50 g (JAJ) pieczywo pszenne 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2316 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-22 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-22 niedziela	b/białk. VI + w chemioter.	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por 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 lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	ser biały mielony 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	połędwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2436 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa VII	szynka gotowana wieprzowa 80 g pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR)	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLE) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica drobiowa miodowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2322 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 282 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 30