

## Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-25 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-25 środa	dzieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLE</b> ) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham 120 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) herbata 250 ml		zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) ziemniaki 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 100 g Kalafior z wody 100 g napoj owocowy 250 ml		sałatka z pomidorów, sałaty, sera białego z olejem rzepakowym 200 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo graham 120 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2358 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 318 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 36
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) ser żółty (1) 25 g ( <b>MLE</b> ) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		kielbasa zielonogórska 50 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2180 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 28
	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU</b> ) napoj owocowy 250 ml		kielbasa zielonogórska 50 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2430 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 369 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zoledkowa IIB	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g ( <b>MLE</b> )	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU</b> ) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	kielbasa zielonogórska 50 g ( <b>SOJ, GOR</b> ) Jabłko parzone (120g) 120 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2541 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 367 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-25 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-25 środa	cukrzykowa b/ml IId	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g mus jabłkowy 100 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	szynka poledwicowa (wieprzowa) 20 g (SOJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	kielbasa zielonogórska 60 g (SOJ, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2175 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 23
	b/białk.VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty (1) 50 g (MLE) rogalik maślan 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE)	zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	kielbasa zielonogórska 70 g (SOJ, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2766 Białko ogółem [g] 128 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 375 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzykowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty (1) 50 g (MLE) sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLE)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	sałatka z pomidorów, sałaty, sera białego z olejem rzepakowym 200 g (MLE) ogórek konserwowy 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2279 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 270 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 34