

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-29 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-29 niedziela	dzieta śródziemnom.	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ogórek konserwowy 50 g (<i>SEL, GOR</i>) pomidor 50 g pieczywo graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 150 g Brokuły gotowane 100 g napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) pasztet sojowy 60 g (<i>SOJ</i>) Jabłko (120g) 120 g sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 100 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2321 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 40
	podst Bar	ser żółty (2) 50 g (<i>MLE</i>) połędwica 'Ani' drobiowa. 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) Ciasto drożdżowe 30 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ogórek konserwowy 50 g (<i>SEL, GOR</i>) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2316 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 24
	lekka Ila	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 120 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2308 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 299 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zolejdkowa IIB	dżemik 25 g połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) Ciasto drożdżowe 30 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	sok jablkowy 200ml 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napoj owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (<i>MLE</i>)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2358 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 304 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 23
	culkrycowa b/mIId	połędwica 'Ani' drobiowa. 80 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napoj owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 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] 2360 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 312 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-29 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-29 niedziela	b/białk. VI + w chemioter.	ser żółty (2) 50 g (MLE) połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (GLU, SOJ, MLE, GOR) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (120g) 120 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)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE)	napoj owocowy 250 ml zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLU)	ser biały mielony 40 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2579 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 296 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa VII	ser biały krajanka 50 g (MLE) połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (GLU, SOJ, MLE, GOR) ogórek kiszony 50 g (SEL, GOR) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	Jabłko (120g) 120 g	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g surówka z buraczków 150 g	Brokuły gotowane 150 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2248 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 285 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 31