

## Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-16 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-16 poniedziałek	dzieta śródziemnom.	kasza manna na mleku 300 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jajko gotowane 50 g ( <i>JAJ</i> ) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 120 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) kasza gryczana 200 g kotlet mielony pieczony (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ</i> ) sos pieczeniowy 50 ml ( <i>GLU</i> ) surówka z białej kapusty 150 g warzywa gotowane 150 g ( <i>GLU, SEL</i> ) napój owocowy 250 ml		paszтет z indyka 60 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo graham 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2364 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 325 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 42
	podst Bar	kasza manna na mleku 300 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jajko gotowane 50 g ( <i>JAJ</i> ) ogórek zielony 50 g 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 dyniowa z ziemniakami 450 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) kasza gryczana 200 g kotlet mielony pieczony (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ</i> ) sos pieczeniowy 50 ml ( <i>GLU</i> ) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		paszтет z indyka 60 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2356 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 30
	lekka Ila	kasza manna na mleku 300 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) dżemik 25 g Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <i>GLU</i> ) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) warzywa gotowane 150 g ( <i>GLU, SEL</i> ) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g ( <i>GLU, SOJ</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo pszenne 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2378 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 412 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 28
	zolejdkowa IIB	kasza manna na mleku 300 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) dżemik 25 g Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</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> )	Chrupki kukurydziane 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml ( <i>SEL</i> ) kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <i>GLU</i> ) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) warzywa gotowane 150 g ( <i>GLU, SEL</i> ) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo pszenne 20 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 5 g ( <i>MLE</i> )	połędwica sopocka wieprzowa 50 g ( <i>GLU, SOJ</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo pszenne 100 g ( <i>GLU</i> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2380 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 395 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 60 Błonnik pokarmowy [g] 31

## Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-16 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-16 poniedziałek	cukrzykowa b/ml lid	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 80 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) herbata b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml ( <i>SEL</i> ) kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <i>GLU</i> ) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) warzywa gotowane 150 g ( <i>GLU, SEL</i> ) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica drobiowa 30 g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ) pieczywo pszenne 40 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> )	połędwica sopocka wieprzowa 50 g ( <i>GLU, SOJ</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo pszenne 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2301 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/białk.VI + w chemioter.	kasza manna na mleku 300 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jajko gotowane 50 g ( <i>JAJ</i> ) Jabłko (120g) 120 g 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> )	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g ( <i>MLE</i> )	zupa dyniowa z ziemniakami 450 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <i>GLU</i> ) pulpet w sosie dietetycznym (1) 160 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) warzywa gotowane 150 g ( <i>GLU, SEL</i> ) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 5 g ( <i>MLE</i> )	połędwica sopocka wieprzowa 50 g ( <i>GLU, SOJ</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2453 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 387 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 36
	cukrzykowa VII	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 80 g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ) Jajko gotowane 50 g ( <i>JAJ</i> ) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 130 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) herbata b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml ( <i>SEL</i> ) kasza gryczana 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Salatka ryżowa z groszkiem i kukurydzą 150 g ( <i>SEL, GOR</i> ) pieczywo graham 30 g ( <i>GLU</i> ) masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> )	połędwica sopocka wieprzowa 50 g ( <i>GLU, SOJ</i> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <i>MLE</i> ) pieczywo graham 130 g ( <i>GLU</i> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2346 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 49