

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-15 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-15 niedziela	dzieta śródziemnom.	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE) ser żółty (2) 30 g (MLE) szynka złocista drobiowa 50 g (SOJ, MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kalafior z wody 100 g		połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 80 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2321 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 297 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 31
	podst Bar	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE) ser żółty (1) 30 g (MLE) szynka złocista drobiowa 50 g (SOJ, MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g		połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 80 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2358 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 323 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 24
	lekka Ila	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE) ser żółty (1) 30 g (MLE) szynka złocista drobiowa 50 g (SOJ, MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU)		połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 80 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2302 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 321 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 22
	zolejkowa IIB	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE) szynka złocista drobiowa 80 g (SOJ, MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) sałata 20 g masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Galeretka owocowa 150 g (GLU, MLE)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU)	szynka połędwiczowa (wieprzowa) 20 g (SOJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 80 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2312 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-15 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-15 niedziela	cukrzykowa b/mil lid	szynka złocista drobiowa 80 g (SOJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) sałata 20 g masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jabłko parzone (180g) 180 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU)	szynka poledwicowa (wieprzowa) 20 g (SOJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 50 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) masło 82% 15 g (MLE) sałatka z pomidora 80 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2312 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 307 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/białk.VI + w chemioter.	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE) ser żółty (1) 30 g (MLE) szynka złocista drobiowa 50 g (SOJ, MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Galeretka owocowa 150 g (GLU, MLE)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU)	pastą z mięsa drobiowego z warzywami 30 g (SEL) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	poledwica drobiowa 70 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 80 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2438 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 342 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 30
	cukrzykowa VII	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE) ser żółty (1) 30 g (MLE) szynka złocista drobiowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g pieczywo graham 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g	Kalafior z wody 200 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 50 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidora 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2314 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 40