

## Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-08 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-08 niedziela	dzieta śródziemnom.	szynka złocista drobiowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połudwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g Pomidor 30 g pieczywo graham 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g Brokuły gotowane 100 g surówka z białej kapusty 120 g		sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g ( <b>SOJ</b> ) ser żółty (1) 30 g ( <b>MLE</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo graham 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2385 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 284 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 38
	podst Bar	szynka złocista drobiowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połudwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z białej kapusty 150 g		szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) ser żółty (1) 50 g ( <b>MLE</b> ) sałatka z rzodkiewki i kopru 100 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2354 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 289 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 25
	lekka Ila	szynka złocista drobiowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połudwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) warzywa gotowane 150 g ( <b>GLU, SEL</b> )		szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2347 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 312 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 21
	zolejkowa IIB	szynka złocista drobiowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połudwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	kisiel owocowy z/c z jabłkiem 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) warzywa gotowane 150 g ( <b>GLU, SEL</b> )	twarożek z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2315 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 327 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 21
	ciakrycowa b/m IId	szynka złocista drobiowa 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połudwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) warzywa gotowane 150 g ( <b>GLU, SEL</b> )	Chrupki kukurydziane 50 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2307 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 345 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24

## Jadłospisy tygodniowe w dniu 2023-10-08 SEKTOR 8 BARL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2023-10-08 niedziela	b/białk. VI + w chemioter.	szynka złocista drobiowa 70 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połędwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	kisiel owocowy b/c z jabłkiem 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) warzywa gotowane 150 g ( <b>GLU, SEL</b> )	twarożek z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	szynka konserwowa wieprzowa 70 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) pomidor 50 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2463 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 351 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa VII	szynka złocista drobiowa 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) połędwica sopocka wieprzowa 30 g ( <b>GLU, SOJ</b> ) sałata 20 g pieczywo graham 130 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) herbata b/c 250 ml	Jabłko (120g) 120 g	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 130 g ( <b>GLU, SEL</b> ) surówka z białej kapusty 150 g	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham 30 g ( <b>GLU</b> ) masło 82% 5 g ( <b>MLE</b> )	szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) sałatka z rzodkiewki i kopru 100 g masło 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) pieczywo graham 130 g ( <b>GLU</b> ) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2285 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 281 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 38