

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-08 poniedziałek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jajko gotowane 50 g (JAJ) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200 g kotlet mielony pieczony (1) 80 g (GLU, JAJ) sos pieczeniowy 50 ml (GLU) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml kisiel owocowy z/c 200 ml		pasztet z indyka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2462 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 347 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 39
	podst Bar	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jajko gotowane 50 g (JAJ) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200 g kotlet mielony pieczony (1) 80 g (GLU, JAJ) sos pieczeniowy 50 ml (GLU) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		pasztet z indyka 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pomidor 50 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2429 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 343 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 34
	lekka Ila	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) dżemik 25 g Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jabiko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g (GLU, JAJ, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml kisiel owocowy b/c 150 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2129 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 352 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 28
	zółdkowa Iib	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) dżemik 25 g Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jabiko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g (GLU, JAJ, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 20 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2112 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-08 poniedziałek	cukrzycowa b/ml lid	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 80 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g (GLU, JAJ, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ, MLE) pieczywo pszenne 40 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2147 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 315 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) pulpet w sosie dietetycznym (1) 160 g (GLU, JAJ, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2363 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 367 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 37
	cukrzycowa VII	Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 80 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Jajko gotowane 50 g (JAJ) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 80 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Salatka ryżowa z groszkiem i kukurydzą 150 g (SEL, GOR) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2224 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 300 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 45
2024-01-09 wtorek	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata 20 g chałka 40 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo graham 80 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) Herbata 250 ml kisiel owocowy b/c 200 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym 80 g (GLU, SEL) surówka z buraczków 100 g kefir 200 ml (MLE) Galeretka owocowa 150 g (GLU, MLE) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (GLU, SOJ, MLE, GOR) sałatka z kaszy gryczanej, pomidorów, groszku, kukurydzy 100 g sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2205 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 360 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 41

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

2024-01-09 wtorek		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) sałata 20 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 80 g (<i>GLU</i>) chałka 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki 200 g filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 120 g (<i>GLU</i>) Galeretka owocowa 150 g (<i>GLU, MLE</i>) napój owocowy 250 ml		szynka rodzinna drobiowa 50 g (<i>SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2302 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 373 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 35
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) sałata 20 g pieczywo pszenne 80 g (<i>GLU</i>) chałka 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</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>JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) Galeretka owocowa 150 g (<i>GLU, MLE</i>) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2093 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 303 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 22
	zoledkowa Ilib	płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) dżemik 25 g ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) sałata 20 g pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) chałka 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Galeretka owocowa 150 g (<i>GLU, MLE</i>)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 120 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2026 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 295 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa b/ml IId	płatki owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (<i>GLU, SEL</i>) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy b/c 250 ml	szynka drobiowa 20 g (<i>SOJ, MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (<i>GLU</i>)	połędwica 'Ani' drobiowa. 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2216 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 315 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-09 wtorek	białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) dżemik 25 g szynka konserwowa wieprzowa 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) sałata 20 g chałka 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	kefir 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) masło 82% 5 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 20 g (<i>GLU</i>)	poledwica 'Ani' drobiowa. 70 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2201 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 314 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 71 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa VII	ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałata 20 g pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	kefir 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (<i>JAJ, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, SEL</i>) surówka z kiszonych ogórków 120 g (<i>SEL, GOR</i>) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z kaszy gryczanej, pomidorów, groszku, kukurydzy 250 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 40 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>)	poledwica 'Ani' drobiowa. 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2230 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 274 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 36
2024-01-10 środa	dieta śródziemnom.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>MLE</i>) ser żółty (1) 25 g (<i>MLE</i>) szynka poledwicowa (wieprzowa) 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) Banan (1/2 szt) 100 g ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 120 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml		zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka wielowarzywna 150 g warzywa gotowane 100 g (<i>GLU, SEL</i>) mus jabłkowy 100 g napój owocowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>) sałatka z pomidorów, sałaty, ciemierzycy z olejem rzepakowym 50 g (<i>SOJ</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 120 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2455 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 364 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 74 Błonnik pokarmowy [g] 42
	podst Bar	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<i>MLE</i>) ser żółty (1) 50 g (<i>MLE</i>) szynka poledwicowa (wieprzowa) 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) Banan (1/2 szt) 100 g 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 pomidorowa z makaronem 450 ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>) kurczak pieczony 130 g ziemniaki z koperkiem 200 g surówka wielowarzywna 150 g mus jabłkowy 100 g napój owocowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>) sałatka z pomidorów, sałaty, ciemierzycy z olejem rzepakowym 50 g (<i>SOJ</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2581 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 370 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 33

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-10 środa	lekka Ila kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) szynka połówdicowa (wieprzowa) 50 g (SOJ, MLE) Banan (1/2 szt) 100 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 130 g (SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) mus jabłkowy 100 g napój owocowy 250 ml		połowdica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszką z pestkami słonecznika 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2466 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 390 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 26
	żółdkowa IIb kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) szynka połówdicowa (wieprzowa) 50 g (SOJ, MLE) Banan (1/2 szt) 100 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	mus jabłkowy 100 g sucharki 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE)	zupa jarzynowa z makaronem z natką pietruszką 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 130 g (SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	ser biały krajanka 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połowdica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszką z pestkami słonecznika 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2509 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 365 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa b/ml IId szynka połówdicowa (wieprzowa) 80 g (SOJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa jarzynowa z makaronem z natką pietruszką 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 130 g (SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo pszenne 40 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszką z pestkami słonecznika 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2494 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 338 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter. kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) ser żółty (1) 50 g (MLE) szynka połówdicowa (wieprzowa) 50 g (SOJ, MLE) Banan (1/2 szt) 100 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 130 g (SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	połowdica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszką z pestkami słonecznika 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2624 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 356 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa VII ser żółty (1) 50 g (MLE) szynka połówdicowa (wieprzowa) 50 g (SOJ, MLE) sałata liść 1 Por ogórek zielony 50 g pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa pomidorowa z makaronem 450 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie koperkowym 130 g (SEL) Surówka wielowarzynna 120 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham 40 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszką z pestkami słonecznika 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2576 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 334 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 42

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-11 czwartek	dieta śródziemnom.	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) papryka świeża 50 g mix sałat z natką pietruszki 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z marchewki 100 g Kalafior z wody 100 g napoj owocowy 250 ml		pasztet sojowy 50 g (SOJ) połędwica wiśniowa (wieprzowa) 25 g (GLU, SOJ, MLE) sałatka z brokuła i jajka 100 g (JAJ) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2544 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 321 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 44
	podst Bar	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) papryka świeża 50 g mix sałat z natką pietruszki 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g Bitka wieprzowa w sosie pieczeniowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z marchewki 150 g napoj owocowy 250 ml		połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2266 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 320 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 31
	lekka Ila	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) mix sałat z natką pietruszki 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowanaaa 120 g (GLU) napoj owocowy 250 ml		połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2323 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 332 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 23
	zoledkowa Iib	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) mix sałat z natką pietruszki 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2344 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 376 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 25

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-11 czwartek	cukrzykowa b/ml IId	ogonówka wieprzowa 80 g (SOJ) mix sałat z natką pietruszki 20 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJ) pieczywo graham 50 g (GLU)	połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2307 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 328 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 36
	b/białk. VI + w chemioter.	ryż na mleku 300 ml (MLE) ser biały mielony z natką pietruszki 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) mix sałat z natką pietruszki 20 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 100 ml (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 120 g (GLU) napój owocowy 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJ)	połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2495 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 337 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzykowa VII	ser mielony ze szczypiorkiem 50 g (MLE) ogonówka wieprzowa 50 g (SOJ) papryka świeża 50 g pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 100 ml (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z marchewki 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJ)	połędwica wiśniowa (wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2297 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 288 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 35
2024-01-12 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) ogórek zielony 50 g mandarynka 1szt (100g) 100 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kakao na mleku 250 ml (MLE)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLU, JAJ, RYB) surówka z kiszanej kapusty 150 g (GOR) fasolka szparagowa gotowana z tłuszczem 100 g (GLU) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJ) połędwica z natką 50 g (GLU, SOJ, MLE) papryka świeża 50 g sałatka z makaronu ciemnego z papryką, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2459 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 351 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 38

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-12 piątek	podst Bar	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) miód wielokwiatowy 25g 1 szt polędwica sopocka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ogórek zielony 50 g salata liść 1 Por masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) Kakao na mleku 200 ml (<i>MLE</i>)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>) surówka z kiszzonej kapusty 150 g (<i>GOR</i>) napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) polędwica z natką 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) papryka świeża 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2251 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 340 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) miód wielokwiatowy 25g 1 szt polędwica sopocka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) salata liść 1 Por masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) Kakao na mleku 200 ml (<i>MLE</i>)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) warzywa gotowane 120 g (<i>GLU, SEL</i>) napoj owocowy 250 ml		polędwica z natką 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 110 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2266 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 361 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 26
	zołędkowa IIb	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) miód wielokwiatowy 25g 1 szt polędwica sopocka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) salata liść 1 Por pieczywo pszenne 60 g (<i>GLU</i>) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kakao na mleku 200 ml (<i>MLE</i>)	Budyń z/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) warzywa gotowane 120 g (<i>GLU, SEL</i>) napoj owocowy 250 ml	pasta z mięsa drobiowego z warzywami 50 g (<i>SEL</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 20 g (<i>GLU</i>)	polędwica z natką 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2308 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 353 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 25
	cukrzycowa b/ml IId	polędwica sopocka wieprzowa 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) salata liść 1 Por masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) napoj owocowy 250 ml	pasta z mięsa drobiowego z warzywami 50 g (<i>SEL</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 50 g (<i>GLU</i>)	polędwica z natką 80 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2232 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 42

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-12 piątek	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) miód wielokwiatowy 25g 1 szt połędwica sopocka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) Kakao na mleku 200 ml (<i>MLE</i>)	Budyń z/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 150 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) napój owocowy 250 ml	pasta z mięsa drobiowego z warzywami 50 g (<i>SEL</i>) pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>)	połędwica z natką 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2464 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 412 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 79 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzycowa VII	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) ogórek zielony 50 g mix sałat z natką pietruszki 40 g sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) fasolka szparagowa gotowana 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy b/c 250 ml	pasta z mięsa drobiowego z warzywami 50 g (<i>SEL</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 50 g (<i>GLU</i>)	połędwica z natką 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) papryka świeża 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2317 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 93 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 39
2024-01-13 sobota	dieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser żółty (2) 50 g (<i>MLE</i>) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza gryczana 200 g klops z mięsa drobiowego w sosie jarzynowym 80 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) surówka z buraczków 150 g surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' drobiowa. 60 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 150 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2323 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 340 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 41
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser żółty (2) 50 g (<i>MLE</i>) papryka świeża 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 brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza gryczana 200 g Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml		szynka familijna drobiowa 50 g (<i>SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2348 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 324 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-13 sobota	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser biały mielony z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 150 g (<i>GLU</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml		połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 100 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 150 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2387 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 368 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 42 Blonnik pokarmowy [g] 26
	zółdkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 25 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser biały mielony z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) 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>)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (<i>MLE</i>)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 20 g (<i>SOJ, MLE</i>) pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) masło 82% 5 g (<i>MLE</i>)	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2322 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 339 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Blonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml IId	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 40 g (<i>SOJ, MLE</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>)	połędwica 'Ani' drobiowa. 80 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 150 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2302 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 333 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 22 Blonnik pokarmowy [g] 24
	b/białk. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser biały mielony z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) 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>)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (<i>MLE</i>)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	szynka drobiowa 40 g (<i>SOJ, MLE</i>) pieczywo pszenne 30 g (<i>GLU</i>) masło 82% 5 g (<i>MLE</i>)	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2389 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 345 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 41 Blonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) ser biały mielony z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) sałata liść 1 Por pieczywo graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) kasza gryczana 200 g Bitka wieprzowa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) surówka z buraczków 120 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 200 g pieczywo graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>)	połędwica 'Ani' drobiowa. 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>) sałatka jarzynowa 50 g (<i>SEL, GOR</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2848 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 144 Węglowodany ogółem [g] 306 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 27 Blonnik pokarmowy [g] 40

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-14 niedziela	dieta śródziemnom.	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pomidor 50 g pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR) napoj owocowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (JAJ, RYB, MLE) papryka świeża 50 g Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2418 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 112 Węglowodany ogółem [g] 271 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 26
	podst Bar	szynka gotowana wieprzowa 50 g ser topiony (1) 25 g (MLE) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) pomidor 50 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)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR) napoj owocowy 250 ml		pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 80 g (JAJ, RYB, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2262 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 267 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 20
	lekka IIa	szynka gotowana wieprzowa 50 g Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) kisiel owocowy z/c 200 ml		połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2294 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 337 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 63 Błonnik pokarmowy [g] 21
	zołędkowa IIb	szynka gotowana wieprzowa 50 g Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2314 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 45 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml II d	szynka gotowana wieprzowa 80 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL)	Jajko gotowane 50 g (JAJ) pieczywo pszenne 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2272 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-01-14 niedziela	b/biak. VI + w chemioter.	szynka gotowana wieprzowa 50 g Jajko gotowane 50 g (JAJ) Ciasteczka maślane 50 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	połędwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2333 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa VII	szynka gotowana wieprzowa 80 g pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) surówka z kiszonych ogórków 150 g (SEL, GOR) napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLE) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica drobiowa miodowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2282 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 30