

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-06 poniedziałek	dzieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por mus jabłkowy 100 g budyń waniliowy z sokiem malinowym 200 g (GLU, MLE) pieczywo graham 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLU) surówka z marchewki 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE) napoj owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 100 g (GLU, JAJ, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 120 g (GLU) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2653 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 412 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 99 Błonnik pokarmowy [g] 40
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLU) surówka z marchewki 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE) napoj owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ogórek kiszony 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2429 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 382 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 34
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 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 grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g marchewka gotowana 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2448 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 380 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 28
	złotkowa Iib	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) sałata liść 1 Por Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g marchewka gotowana 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2455 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 376 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-06 poniedziałek	cukrzycowa b/ml lid	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLU, SOJ, MLE, 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)	mus jabłkowy 100 g	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLU, JAJ, GOR)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 100 g (GLU) herbata b/c 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2216 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 334 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabiko (120g) 120 g sałata liść 1 Por 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)	budyń waniliowy z sokiem malinowym 200 g (GLU, MLE)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałatka jarzynowa 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2943 Białko ogółem [g] 134 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 417 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 66 Błonnik pokarmowy [g] 29
	cukrzycowa VII	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) papryka świeża 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 grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLU) surówka z marchewki 150 g jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLE) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLU, JAJ, GOR)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ogórek kiszony 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2195 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 328 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 42
2024-05-07 wtorek	dietą śródziennom.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Szynka bartenika 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) Jogurt naturalny z musli 100 ml (MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham 30 g (GLU) bułka grahamka 1szt 80 g (GLU, MLE, SEZ) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE)		zupa szczawiowa z ryżem zabelana 450 ml (MLE, SEL, GOR) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet mielony pieczony w sosie chrzanowym (1) 80 g (GLU, JAJ) surówka z białej kapusty 150 g szpinak gotowany 100 g (GLU) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJ) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) ogórek zielony 50 g Jabko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2626 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 106 Węglowodany ogółem [g] 338 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 36

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-07 wtorek	podst Bar	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Szynka bartenika 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata 20 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 60 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa szczawiowa z ryżem zabelana 450 ml (MLE, SEL, GOR) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet mielony pieczony w sosie chrzanowym (1) 80 g (GLU, JAJ) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJ) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) ogórek zielony 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 150 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2526 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 360 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 26
	lekka Ila	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Szynka bartenika 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 100 g (GLU, JAJ, SEL) szpinak gotowany 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 150 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2601 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 388 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 22
	zołędkowa IIb	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Szynka bartenika 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 100 g (GLU, JAJ, SEL) szpinak gotowany 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLU, SOJ, MLE) masło 82% 5 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) sałata liść 1 Por	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2709 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 402 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml IId	Szynka bartenika 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 100 g (GLU, JAJ, SEL) szpinak gotowany 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLU, SOJ, MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 40 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2444 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 362 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 25

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-07 wtorek	b/białk. VI + w chemioter.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Szynka bartenika 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jajko gotowane 50 g (JAJ) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 160 g (GLU, JAJ, SEL) szpinak gotowany 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 3127 Białko ogółem [g] 150 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 424 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa VII	Szynka bartenika 25 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka grahamka 1szt 80 g (GLU, MLE, SEZ) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE)	zupa szczawiowa z ryżem zabelana 450 ml (MLE, SEL, GOR) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet w sosie dietetycznym (1) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJ)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) ogórek zielony 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 1964 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 260 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 35
2024-05-08 środa	dieta śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) pieczeń rzymska 50 g (GLU, SOJ, MLE, GOR) ser żółty (1) 25 g (MLE) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) miód wielokwiatowy 25g 1 szt sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 100 g Kalaflor z wody 100 g soczek owocowy (200ml) 1 szt		ser biały krajanka 60 g (MLE) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 150 g kiwi 1/2 szt 0 szt Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 120 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2593 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 379 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 36
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) pieczeń rzymska 50 g (GLU, SOJ, MLE, GOR) ser żółty (1) 25 g (MLE) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak pieczony 130 g surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Jabłko (120g) 120 g kiwi 1/2 szt 0 szt masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2422 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 363 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-08 środa	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Jabłko (120g) 120 g kiwi 1/2 szt 0 szt masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2728 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 424 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 22
	złotkowa I Ib	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Jabłko parzone (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2884 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 440 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 25 Błonnik pokarmowy [g] 23
	cukrzycowa b/mi IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g mus jabłkowy 100 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	szynka połędwiczna 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2678 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 413 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 24
	b/biak. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLU, JAJ, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty (1) 50 g (MLE) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLU, JAJ, MLE) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 260 g (GLU, SEL) buraczki gotowane 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo pszenne 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3320 Białko ogółem [g] 157 Tłuszcz [g] 109 Węglowodany ogółem [g] 440 Sól [g] 10 Sacharoza [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-08 środa	cukrzycowa VII	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser żółty (1) 50 g (MLE) sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 130 g (GLU, SEL) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLE) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	sałatka z pomidorów, sałaty, sera białego z olejem rzepakowym 200 g (MLE) ogórek konserwowy 50 g (SEL, GOR) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2451 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 311 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 34
	dietą śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomarańcza 100 g sałata 20 g pomidor 50 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLU, MLE, SEZ) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej 150 g Brokuły gotowane 100 g mus jabłkowy 100 g napój owocowy 250 ml		hummus 60 g ser biały krajanka 80 g (MLE) ogórek zielony 50 g pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 120 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2539 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 68 Błonnik pokarmowy [g] 43
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane 50 g (JAJ) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomarańcza 100 g sałata 20 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy 250 ml		ser biały krajanka 80 g (MLE) ogórek zielony 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2639 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 344 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 32
2024-05-09 czwartek	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLE) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml		połędwica drobiowa z wieprzowiną 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 120 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2440 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 392 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-09 czwartek	żołądkowa IIB	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLE) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLU, MLE)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko parzone (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2572 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 414 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa b/III d	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko parzone (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2462 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 397 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 30
	b/białk. VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g kajzerka 1szt (50g) 50 g (GLU) pieczywo pszenne 60 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE) Banan 1/2 szt 1 Por ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLE)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLU, MLE)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko (120g) 120 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2778 Białko ogółem [g] 150 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 423 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28
	cukrzycowa VII	Jajko gotowane 50 g (JAJ) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) pomarańcza 100 g sałata 20 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLU, MLE, SEZ) pieczywo graham 30 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLE)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLU, SEL) kasza gryczana 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLU, SEL) surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo graham 50 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) ogórek zielony 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2434 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 292 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 36

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-10 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) marmolada owocowa 50 g polędwica z warzywami 50 g serek homogenizowany naturalny 100 g (<i>MLE</i>) mandarynka 1szt (100g) 100 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham 120 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml		zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabeliana 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ziemniaki 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>) Surówka wielowarzywna 150 g fasolka szparagowa gotowana 150 g (<i>GLU</i>) napoj owocowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>) kalarepa plastrowana 50 g sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 120 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2336 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 65 Błonnik pokarmowy [g] 38
	podst Bar	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) polędwica z warzywami 50 g marmolada owocowa 50 g mandarynka 1szt (100g) 100 g serek homogenizowany naturalny 100 g (<i>MLE</i>) ogórek zielony 50 g 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 pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabeliana 400 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ziemniaki 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>) Surówka wielowarzywna 150 g napoj owocowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g kalarepa plastrowana 50 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] 2187 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 344 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 30
	lekka Ila	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>) Jabłko (120g) 120 g Ciasteczka 50 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) 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 krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) ziemniaki 200 g warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Budyń z/c 200 g (<i>GLU, MLE</i>) napoj owocowy 250 ml		szynka polędwicowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2383 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 386 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 27
	zjadkowa Iib	kasza manna na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>) marmolada owocowa 50 g Ciasteczka 50 g (<i>GLU, JAJ, MLE</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>)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (<i>GLU, RYB, SEL</i>) warzywa gotowane 150 g (<i>GLU, SEL</i>) napoj owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt wafle ryżowe 30 g masło 82% 5 g (<i>MLE</i>)	szynka polędwicowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo pszenne 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2482 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 407 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-10 piątek	cukrzycowa b/ml lid	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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 200 ml waflę ryżowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (GLU, RYB, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	szynka połówkowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 264 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2077 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku 300 ml (GLU, MLE) szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g 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 krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLU, RYB, SEL) warzywa gotowane 150 g (GLU, SEL) napój owocowy 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLU, SOJ, MLE) masło 82% 5 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU)	szynka połówkowa 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2204 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 316 Sól [g] 9 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 34
	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) ser biały krajanka 50 g (MLE) mandarynka 1szt (100g) 100 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLE)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLU, SEL) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLU, RYB, SEL) Surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g	szynka połówkowa 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1926 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 279 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 41
2024-05-11 sobota	dieta śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) gruszka 1szt 100 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 czerwony z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g potrawka z soi z warzywami w sosie pomidorowym 150 g (SOJ, SEL) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLU, GOR) Kalafior z wody 120 g napój owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo graham 120 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2331 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 324 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 41

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-11 sobota	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) gruszka 1szt 100 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 czerwony z ziemniakami 450 ml (SEL) kasza gryczana 200 g potrawka z soi z warzywami w sosie pomidorowym 150 g (SOJ, SEL) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLU, GOR) napój owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2401 Białko ogółem [g] 72 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 347 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 34
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLE) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)		zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 140 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2370 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 387 Sól [g] 12 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 27
	zołędkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLE) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLE)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJ) pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Szynka bartnika 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 110 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2474 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 382 Sól [g] 12 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	napój owocowy b/c 250 ml zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (GLU, SEL) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLU, SEL) marchewka gotowana 150 g (GLU) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJ) masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU)	Szynka bartnika 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) pomidor 50 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo pszenne 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2483 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 384 Sól [g] 13 Sacharoza [g] 16 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-11 sobota	b/białk. VI + w chemioter.	plátky owsiane na mleku 300 ml (<i>GLU, MLE</i>) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (<i>MLE</i>) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (<i>MLE</i>)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) kasza jęczmienna na sypko 200 g (<i>GLU</i>) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (<i>GLU, SEL</i>) marchewka gotowana 150 g (<i>GLU</i>) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (<i>GLU</i>)	Szynka bartenika 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) pomidor 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (<i>GLU</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2453 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 343 Sól [g] 13 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 31
	cukrzycowa VII	ser biały krajanka z koperkiem 50 g (<i>MLE</i>) połędwica sopocka 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>) kawa zbożowa na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>) gruszka 1szt 100 g	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (<i>GLU, SEL</i>) kasza gryczana 200 g sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (<i>GLU, SEL</i>) surówka z marchewki 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) pieczywo graham 30 g (<i>GLU</i>)	Szynka bartenika 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 130 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2322 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 292 Sól [g] 13 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 38
2024-05-12 niedziela	dieta śródziemnom.	połędwica 'Ani' 50 g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>) ser biały krajanka 50 g (<i>MLE</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 napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (<i>JAJ</i>) pasztet sojowy 60 g (<i>SOJ</i>) Jabłko (120g) 120 g sałatka z papryki i sałaty 100 g masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) pieczywo graham 100 g (<i>GLU</i>) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2211 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 39
	podst Bar	ser żółty (2) 50 g (<i>MLE</i>) połędwica 'Ani' 30 g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</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 napój owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</i>) sałatka z papryki i sałaty 100 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (<i>GLU</i>) masło 82% 15 g (<i>MLE</i>) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2071 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 23

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-05-12 niedziela	lekka Ila	połędwica 'Ani' 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (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)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pomidor 50 g sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 120 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2049 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 297 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 22
	żółdkowa IIb	dżemik 25 g połędwica 'Ani' 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko (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)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pomidor 50 g sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2100 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 302 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 21
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica 'Ani' 80 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło 82% 15 g (MLE) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pomidor 50 g sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2071 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 308 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 25
	b/białk. VI + w chemioter.	ser żółty (2) 50 g (MLE) połędwica 'Ani' 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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 (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 260 g buraczki gotowane 150 g (GLU) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony 40 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pomidor 50 g sałata liść 1 Por masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 100 g (GLU) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2476 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 46 Błonnik pokarmowy [g] 24
	cukrzycowa VII	ser biały krajanka 50 g (MLE) połędwica 'Ani' 50 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) 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 (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJ, SEL) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 130 g surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 30 g (GLU) masło 82% 5 g (MLE)	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) sałatka z papryki i sałaty 100 g masło 82% 15 g (MLE) pieczywo mieszane (pszenno-żytnie) 130 g (GLU) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1901 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 269 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 30