

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	dietą śródziemnom.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por brzoskwinia 1szt 100 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2316 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 38
	podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2496 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 375 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 35
	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kiełbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napój owocowy 250 ml		połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2480 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 351 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	zołędkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata liść 1 Por Jabłko (120g) 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napoj owocowy 250 ml	Jabłko parzone (120g) 120 g	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2487 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 348 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 27
	cukrzycowa b/ml IId	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	mus jabłkowy 100 g	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napoj owocowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2280 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 309 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	budyń waniliowy z sokiem malinowym 200 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Brokuły gotowane 150 g napoj owocowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2876 Białko ogółem [g] 138 Tłuszcz [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 367 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa VII	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (330ml) 1 szt	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g gołąbek w sosie pomidorowym 150 g (GLUTEN) Brokuły gotowane 150 g jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 200 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 100 g (SOJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2151 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 304 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 42

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-27 wtorek	dieta śródziemnom.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) Jogurt naturalny z musli 100 ml (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) szpinak gotowany 100 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2293 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 318 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 31
	podst Bar	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany 80 g (GLUTEN, JAJA) mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2029 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 291 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 21
	lekka lla	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartenika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml sałata liść 1 Por	Wartość energetyczna [kcal] 2177 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 305 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 18

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-27 wtorek	zołędkowa IIb	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartnika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) sałata liść 1 Por	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2285 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 318 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa b/ml IId	Szynka bartnika 80 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	połędwica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 40 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2333 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 23
	b/białk. VI + w chemioter.	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 20 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	zupa ryżowa z natką pietruszki 450 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2417 Białko ogółem [g] 135 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 284 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 19
	cukrzycowa VII	Szynka bartnika 25 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa pomidorowa z ryżem 450 ml (MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) mizeria z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJA)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko (120g) 120 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1972 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 244 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 13 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-28 środa	dietą śródziemnom.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczeń rzymska 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser żółty (1) 25 g (MLEKO) mandarynka 1szt (100g) 100 g miód wielokwiatowy 25g 1 szt sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) kurczak pieczony 150 g sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) surówka z buraczków 100 g Kalaflor z wody 100 g soczek owocowy (200ml) 1 szt		ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 200 g kiwi 1szt 1 szt pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2514 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 330 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 36
	podst Bar	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczeń rzymska 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) ser żółty (1) 25 g (MLEKO) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) papryka świeża 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) kurczak pieczony 150 g sos pieczeniowy 50 ml (GLUTEN) surówka z buraczków 150 g mus jabłkowy 100 g napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g kiwi 1szt 1 szt MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2528 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 356 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28
	lekka Ila	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g kiwi 1szt 1 szt MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2762 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 424 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-28 środa	zołędkowa IIb	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) miód wielokwiatowy 25g 1 szt rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2888 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 432 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 22
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g mus jabłkowy 100 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	szynka połędwiczna 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2681 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 406 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 22
	b/białk. VI + w chemioter.	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) sałata 20 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g kurczak gotowany w sosie jarzynowym 300 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 3166 Białko ogółem [g] 159 Tłuszcz [g] 111 Węglowodany ogółem [g] 393 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzycowa VII	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) sałata 20 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) kurczak gotowany w sosie jarzynowym 150 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	ser biały mielony z koperkiem 40 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 200 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2388 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 276 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 34

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-29 czwartek	dieta śródziemnom.	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoskwinia 1szt 100 g sałata 20 g pomidor 50 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa z soczewicy z ziemniakami i fasolka szparafową 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g Kalańior z wody 100 g napoj owocowy 250 ml		hummus 60 g ser biały krajanka (MLEKO) 80 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2178 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 37
	podst Bar	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoskwinia 1szt 100 g sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa fasolowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napoj owocowy 250 ml		ser biały krajanka (MLEKO) 80 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2162 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 281 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 31
	lekka Ila	plátky jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynkówka wieprzowo-drobiowa 60 g (SOJA, MLEKO) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2390 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 324 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-29 czwartek	zoledkowa IIb	platkí jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por sałata 20 g pomidor 50 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	szynkówka wieprzowo-drobiowa 60 g (SOJA, MLEKO) Jabłko parzone (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2522 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 347 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa b/mi IIc	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynkówka wieprzowo-drobiowa 60 g (SOJA, MLEKO) Jabłko parzone (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2355 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 329 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	platkí jęczmienne na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g bułka kajzerka 1szt (50g) 50 g pieczywo pszenne 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) Banan 1/2 szt 1 Por ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Galeretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	szynkówka wieprzowo-drobiowa 70 g (SOJA, MLEKO) Jabłko (120g) 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2736 Białko ogółem [g] 140 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 355 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-29 czwartek	cukrzycowa VII	Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) brzoskwinia 1szt 100 g sałata 20 g bułka grahamka 1szt 80 g (GLUTEN, MLEKO, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza pęczak na sypko 200 g schab gotowany w sosie jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	szynkówka wieprzowo-drobiowa 60 g (SOJA, MLEKO) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml z cytryną 5g 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2337 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 283 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 37
2024-08-30 piątek	dieta śródziemnom.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 50 g połędwica z warzywami 50 g serek homogenizowany naturalny 100 g (MLEKO) arbuz 150 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) marchewka gotowana mini 100 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka połędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) kalarepa plastrowana 50 g sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2172 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 294 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 34
2024-08-30 piątek	podst Bar	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica z warzywami 50 g marmolada owocowa 50 g arbuz 150 g serek homogenizowany naturalny 100 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby panierowany smażony (1) 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) napoj owocowy 250 ml		szynka połędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g kalarepa plastrowana 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2052 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 293 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 26

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-30 piątek	lekka lila	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECYCHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) ziemniaki 200 g marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2412 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 354 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 28
	zoledkowa lib	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECYCHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 50 g Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt wafle ryżowe 30 g MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2711 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 417 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 29
	cukrzykowa b/ml lld	szynka konserwowa wieprzowa 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECYCHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml wafle ryżowe 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Kalafior z wody 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 264 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2306 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 357 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 32
	b/bialk. VI + w chemioter.	kasza manna na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECYCHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 200 g (GLUTEN, RYBY, SELER) marchewka gotowana mini 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	poledwica z koperkiem 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) MASŁO 82% 5 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	szynka poledwicowa 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2392 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 299 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 34

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-30 piątek	cukrzycowa VII	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) pomarańcza 1/2 100 g ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki 200 g Filet z ryby gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy b/c 250 ml	Kalafior z wody 150 g	szynka polędwicowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałatka z pomidorów, sałaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1876 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 259 Sól [g] 8 Sacharoza [g] 15 Błonnik pokarmowy [g] 42
2024-08-31 sobota	dieta śródziemnom. podst Bar	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) Kalafior z wody 120 g napoj owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2039 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 274 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 32
		płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napoj owocowy 250 ml		Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2109 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 298 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-31 sobota	lekka Ila	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml		Szynka barwnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 140 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2334 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 380 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 26
	złagodkowa IIb	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo pszenne 30 g (GLUTEN)	Szynka barwnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2462 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 379 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 26
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g Jabłko parzone (120g) 120 g	napój owocowy b/c 250 ml zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka barwnika 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2447 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 377 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 28
	b/białk. VI + w chemioter.	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 160 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka barwnika 70 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2416 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 336 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-08-31 sobota	cukrzycowa VII	ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) ogórek zielony 50 g	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 450 ml (SELER) kasza gryczana (może zawierać GLUTEN, DWUTLENEK SIARKI, ORZECHY, SELER, ŁUBIN) 200 g (SOJA) sztuka mięsa w sosie koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy b/c 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN)	Szynka bartenika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z rzodkiewki i kopru 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2110 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 260 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 31
2024-09-01 niedziela	dieta śródziemnom.	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g surówka z buraczków 150 g Brokuły gotowane 100 g napoj owocowy 250 ml		Jajko gotowane 50 g (JAJA) pasztet sojowy 60 g (SOJA) ogórek zielony 30 g sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2182 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 287 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 37
	podst Bar	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak pieczony 150 g surówka z buraczków 150 g napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z papryki i sałaty 100 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2102 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 301 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 23

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-09-01 niedziela	lekka Ila	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) dżemik 25 g Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)		zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 150 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml		szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2046 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 288 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 21
	zolewkowa IIb	dżemik 25 g połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 150 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2096 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 293 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 20
	cukrzycowa b/ml IId	połędwica 'Ani' 80 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kisiel owocowy b/c 150 ml	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 150 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2068 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 300 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 23
	b/białk. VI + w chemioter.	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) pomidor 50 g sałata liść 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (150ml) 150 g (MLEKO)	napoj owocowy 250 ml zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 300 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napoj owocowy 250 ml	ser biały mielony 40 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 70 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g sałata liść 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2505 Białko ogółem [g] 140 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 274 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 23

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 SEKTOR 8 BAI

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-09-01 niedziela	cukrzycowa VII	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kurczak gotowany w sosie własnym 150 g surówka z buraczków 150 g napój owocowy b/c 250 ml	Brokuły gotowane 150 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 5 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z papryki i sałaty 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1920 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 264 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 28