

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
02.10.2024 Środa	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) leczo z cukinii łatwo strawne 250 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,9 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Sód [mg] 2 044 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 29
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) leczo z cukinii łatwo strawne 250 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,4 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Sód [mg] 2 039,3 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) leczo z cukinii łatwo strawne 250 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 50 g białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 244,8 Białko ogółem [g] 127,9 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 171,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

02.10.2024 Środa	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) leczo z cukinii łatwo strawne 250 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml	galaretka owocowa 200 g	serek deliser 1 szt (MLE) chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,6 Białko ogółem [g] 147,5 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Sód [mg] 2 110,2 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 50 g (MLE)	brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) leczo z cukinii łatwo strawne 250 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 180,6 Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Sód [mg] 2 103,7 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 29
03.10.2024 Czwartek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,2 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Sód [mg] 2 270,1 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

03.10.2024 Czwartek	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) pulpety gotowane 2szt w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,7 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 330,1 Sód [mg] 2 333,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	pasta mięsno-jarzynowa 80 g (SEL)	marchewkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) pulpety gotowane 2szt w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) udko gotowane 220 g	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 481,1 Białko ogółem [g] 141,7 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Sód [mg] 2 788,8 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z ziemniakami 300 ml (SEL) pulpety gotowane 2szt w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	Jogurt naturalny 150ml 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 224,7 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Sód [mg] 2 396,8 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2

03.10.2024 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) ryż na mleku 250 ml (MLE)	pasta mięsno-jarzynowa 80 g (SEL)	jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g udko pieczone 220 g (SOJ, S02) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 558,2 Białko ogółem [g] 152,7 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Sód [mg] 2 749,2 Sól [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
04.10.2024 Piątek	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 50 g mandarynka 80 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek fromage 1 szt (MLE) dżem 25 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482,8 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Sód [mg] 2 056,3 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 25
04.10.2024 Piątek	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek deliser 2 szt (MLE) banan 1 szt pomidor bez skórki 50 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek wypasiony 1 szt (MLE) dżem 25 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 337 Sód [mg] 1 886,7 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

04.10.2024 Piątek	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek deliser 2 szt (MLE) banan 1 szt pomidor bez skórki 50 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek wypasiony 1 szt (MLE) dżem 25 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,6 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 1 948 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
04.10.2024 Piątek	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek deliser 2 szt (MLE) banan 1 szt pomidor bez skórki 50 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	biszkopcy 60 g (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) dżem 25 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,5 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 374,9 Sód [mg] 1 882,7 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 108,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) mandarynka 80 g pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek fromage 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 514,1 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 96,8 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Sód [mg] 2 121,3 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

05.10.2024 Sobota	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) ser topiony 50 g (MLE, S02) szynka biała 50 g pomidor 50 g pomarańcza 1szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g marchew gotowana 120 g (GLU) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,2 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Sód [mg] 2 832,1 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 86,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g marchew gotowana 120 g (GLU) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g dżem 25 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,4 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 50,5 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 182,9 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 84,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 150ml 1 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g marchew gotowana 120 g (GLU) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g twaróg 100 g (MLE) dżem 25 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,4 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 56,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Sód [mg] 2 290,3 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

05.10.2024 Sobota	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor bez skórki 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g marchew gotowana 120 g (GLU) sok owocowy 0,2 1 szt	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g dżem 25 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 224,9 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Sód [mg] 2 277,9 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 95,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) ser topiony 50 g (MLE, S02) pomarańcza 1szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka biała 50 g	ogórkowa z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g marchew gotowana 180 g (GLU) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 30 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb bydgoski 20 g (GLU) serek kremowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 331,7 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Sód [mg] 2 862,7 Sól [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) dżem 25 g sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab gotowany 100 g sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa gotowana 120 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,7 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 285,9 Sód [mg] 2 058,8 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-02 do dnia 2024-10-08
KUCHNIA SZPITALNA.

06.10.2024 Niedziela	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) dżem 25 g sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 150 g (GLU, SEL) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor bez skórki 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,8 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 303 Sód [mg] 2 030,6 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 16,6
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) dżem 25 g sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 150 g (GLU, SEL) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor bez skórki 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 2 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,3 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Sód [mg] 2 206,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,7
	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) dżem 25 g sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 150 g (GLU, SEL) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) sok owocowy 0,2 1 szt	galaretka owocowa 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 162,1 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 303,3 Sód [mg] 2 101,5 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-02 do dnia 2024-10-08
KUCHNIA SZPITALNA.

06.10.2024 Niedziela	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab gotowany 100 g sos pomidorowy 50 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa gotowana 120 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 55 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 220,6 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Sód [mg] 2 159,7 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek kremowy 1 szt sałata 20 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,9 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 2 015,5 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zraz gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163,3 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Sód [mg] 1 943,9 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9

07.10.2024 Poniedziałek	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (LUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zraz gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt jogurt owocowy 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 497,8 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Sód [mg] 2 084,9 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
07.10.2024 Poniedziałek	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (LUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zraz gotowany w sosie koperkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,8 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Sód [mg] 2 014,4 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436,6 Białko ogółem [g] 132,1 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 330,2 Sód [mg] 2 067,8 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

08.10.2024 Wtorek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z musem jabłkowym 250 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) ser topiony 50 g (MLE, S02) połędwica drobiowa 50 g dżem 25 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 282,4 Sód [mg] 2 433,6 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 20
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor bez skórki 50 g płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 250 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL, S02) połędwica drobiowa 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,1 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 313 Sód [mg] 2 096,4 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor bez skórki 50 g płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg (MLE) 100 g	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 250 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL, S02) połędwica drobiowa 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,7 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 319,5 Sód [mg] 2 178,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-10-02 do dnia 2024-10-08
KUCHNIA SZPITALNA.

08.10.2024 Wtorek	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 300 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 250 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL, S02) połędwica drobiowa 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 183,6 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 337,6 Sód [mg] 2 191,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z musem jabłkowym 250 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL, S02) ser topiony 50 g (MLE, S02) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)