

KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
27.11.2024 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) jajko gotowane 1 szt. (<i>JAJ</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt. płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)		brokułowa z ziemniaka- mi 300 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) bigos 300 g (<i>SEL</i> , <i>S02</i>) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) krakowska 50 g (<i>SEL</i> , <i>GOR</i>) serek deliser 1 szt. (<i>MLE</i>) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt. (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 260 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Sód [mg] 3035,6 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 88,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 35,2 Błonnik pokar- mowy [g] 31,9
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) jajko gotowane 1 szt. (<i>JAJ</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt. płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)		brokułowa z ziemniaka- mi 300 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) gulasz wołowy z warzy- wami 250 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt. (<i>MLE</i>) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt. (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2129,6 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 296,5 Sód [mg] 2 062,1 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 82,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,8 Błonnik pokar- mowy [g] 29,2
	3-Latwo strawna z ogranicze- niem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i>) serek deliser 1 szt. (<i>MLE</i>) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt. płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)		brokułowa z ziemniaka- mi 300 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) gulasz wołowy gotowany 150 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt. (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 137,8 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Sód [mg] 2 065,9 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 85,9 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 30,6 Błonnik pokar- mowy [g] 24,5

27.11.2024 Środa

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) gulasz wołowy gotowany 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160g 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] 2 290,2 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Sód [mg] 2 197,7 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,
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) 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) gulasz wołowy gotowany 150 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g buraczki gotowane 160g kompot truskawkowy 250 ml	galaretka owocowa 200 g	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] 2 157,8 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Sód [mg] 2 013,3 Sól [g] 5, suma cukrów prostych [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) jajko gotowane 1 szt. (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidorki koktajlowe 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt.	bitka ze schabu 100 g kasza gryczana 100 g buraczki gotowane 160 g ogórek kiszony 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt. (MLE) papryka konserwowa 150 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat. 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 570,2 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 171,9 Sód [mg] 3003 Sól [g] 7,5 suma cukrów prostych [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-27 do dnia 2024-12-03
KUCHNIA SZPITALNA.

28.11.2024 Czwartek	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) jajko gotowane 1 szt. (<i>JAJ</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt. płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU,</i> <i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	twaróg 50 g (<i>MLE</i>)	brokułowa z ziemnia- kami 300 ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>) gulasz wołowy z warzywami 250 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ziemniaki 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt. (<i>MLE</i>) sałata 20 g schab gotowany 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogeni- zowany nat 1 szt. (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 257,8 Białko ogółem [g] 123,6 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Sód [mg] 2 137,9 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 61,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 40,4 Błonnik pokar- mowy [g] 29,1,
	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) twaróg z rzodkiewką 150 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) jabłko 1 szt. ryż na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		jarzynowa z ziemnia- kami 300 ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>) klops duszony w sosie własnym 150 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka konserwowa 50 g miód 25g 1 szt. (<i>ŁUB</i>) ogórek konserwowy 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 60 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 213,2 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Sód [mg] 2 408 Sól [g] 6, suma cukrów prostych [g] 74,5 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,3 Błonnik pokar- mowy [g] 24,1
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) twaróg 120 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) jabłko 1 szt. ryż na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		jarzynowa z ziemnia- kami 300 ml (<i>GLU,</i> <i>MLE, SEL</i>) klops duszony w sosie własnym 150 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka konserwowa 50 g miód 25g 1 szt. (<i>ŁUB</i>) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 60 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 204,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 323,6 Sód [mg] 2 220 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 74,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,3 Błonnik pokar- mowy [g] 24,1

28.11.2024 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 kaszką manną 300 ml (GLU, 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 50 g miód 25g 1 szt. (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 118,4 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Sód [mg] 2 279,7 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	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)	Szynka gotowana 50g (S02)	marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, 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 50 g miód 25g 1 szt. (ŁUB) udko pieczone 220 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 421,5 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Sód [mg] 2 2702,3 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	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 kaszką manną 300 ml (GLU, SEL) pulpety gotowane 2szt w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 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 50 g miód 25g 1 szt. (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,3 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 55,9 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Sód [mg] 2 346,5 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 20

28.11.2024 Czwartek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg z rzodkiewką 150 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jabłko 1 szt	pulpety gotowane 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 100 g sałata z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>) cukinia gotowana 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt. (<i>MLE</i>) udko pieczone 220 g (<i>SOJ, S02</i>) serek deliser 1 szt. (<i>MLE</i>) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt. (<i>SEL</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 576 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 161,2 Sód [mg] 2 347,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) twaróg 120 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) jabłko 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) ryż na mleku 250 ml (<i>MLE</i>)	Jajko gotowane 1szt.	jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) klops duszony w sosie własnym 150 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 60 g (<i>MLE</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka konserwowa 50 g udko pieczone 220 g pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 60 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 319 Białko ogółem [g] 127,6 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 274,6 Sód [mg] 2 988,5 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) ser krojony 50 g (<i>MLE</i>) schab gotowany 40 g pomidor 50 g mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (<i>MLE</i>)		Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (<i>SEL</i>) pierogi leniwe 300 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) jogurt owocowy 1 szt. (<i>MLE</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) ser topiony-plaster 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka gotowana 50 g (<i>S02</i>) sałatka śledziowa 200g (<i>JAJ, RYB</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 694,4 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 335 Sód [mg] 5166,3 Sól [g] 12,9 suma cukrów prostych [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

29.11.2024 Piątek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) schab gotowany 40 g serek wypasiony 1 szt. (MLE) pomidor 50 g mandarynka 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, 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] 2 520,2 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Sód [mg] 2 052,9 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) schab gotowany 40 g serek deliser 2 szt. (MLE) banan 1 szt. pomidor 50 g kaszkka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, 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] 2 373,6 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sód [mg] 1 887,3 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	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 40 g serek deliser 2 szt. (MLE) banan 1 szt. pomidor 50 g kaszkka 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 (GLU, 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] 2 434,5 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 347,2 Sód [mg] 1 948,7 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7

29.11.2024 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 40 g serek deliser 2 szt. (MLE) banan 1 szt. pomidor 50 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt. (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	biszkopty 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] 2 447,4 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 384,8 Sód [mg] 1 883,3 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 109,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) schab gotowany 40 g serek deliser 2 szt. (MLE) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	grejpfrut 0,5 szt	indyk gotowany 100 g ziemniaki 100 g brokuły gotowane 120 g sałata z jogurtem 50 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) twaróg 100 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) ogórek konserwowy 100 g jabłko 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 150ml 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 320,2 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 166,6 Sód [mg] 1 831,9 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) schab gotowany 40 g jajko gotowane 1 szt. (JAJ) mandarynka 1 szt. pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt. (MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, 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] 2 551,6 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 98,2 Węglowodany ogółem [g] 311,6 Sód [mg] 2 118 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2

30.11.2024 Sobota	1-Podstawowa	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 papryka świeża 50 g pomarańcza 1 szt. 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) pasztet zapiekany 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt. (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 343,5 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 303,8 Sód [mg] 2 823,7 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	2-Latwo 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 1 szt. 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) połędwica 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] 2 193,3 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Sód [mg] 2 956,5 Sól [g] 7,4 suma cukrów prostych [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	3-Latwo 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 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) 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] 2 059,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Sód [mg] 2 151,9 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 24,4

30.11.2024 Sobota

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 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 dżem 25 g twaróg 100 g (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 224,9 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Sód [mg] 2 259,3 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
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) serek deliser 1 szt. (MLE) szynka biała 50 g pomidor 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) 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] 2 199,4 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 2 262,7 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 95 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt. (MLE) papryka świeża 150 g pomarańcza 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 150ml 1 szt. (MLE)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 100 g surówka z kapusty pekińskiej 160 g kalafior gotowany 120 g sok owocowy 0,2 1 szt.		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) sałata 20 g jabłko 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) polędwica z indyka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 384,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 40,5 Węglowodany ogółem [g] 176 Sód [mg] 1 865,4 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 62,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,5

01.12.2024 Niedziela	30.11.2024 Sobota	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) ser topiony 50 g (MLE, S02) pomarańcza 1 szt. 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 120 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] 2 310 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 303,1 Sód [mg] 2 937,5 Sól [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 87,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) ogórek świeży 50 g dżem 25 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab w sosie pomidorowym 150 g (GLU, 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] 2 203,3 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Sód [mg] 2 091,2 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 24,5		
	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 w sosie pomidorowym 150 g (GLU, 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] 2 200,6 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 287,6 Sód [mg] 2 087,1 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 24,6		

01.12.2024 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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g miód 25g 1 szt. (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2010,8 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Sód [mg] 2 028,3 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g miód 25g 1 szt. (LUB) serek deliser 2 szt. (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 154,2 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sód [mg] 2 204,2 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
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.	galaretki owocowa 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g jajko gotowane 1 szt. (JAJ) miód nat. 25g 1szt. (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 210,5 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Sód [mg] 2 103,4 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,8

01.12.2024 Niedziela	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt.	schab gotowany 100 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g sałata z jogurtem 70 g (MLE) fasolka szparagowa gotowana 200 g sok owocowy 0,2 1 szt.		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) jajko gotowane 1 szt. (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g sok warzywny 200 ml Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 150ml 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 532 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 213,3 Sód [mg] 1 879,2 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
01.12.2024 Niedziela	9-Bogatobiałkowa	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 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab w sosie pomidorowym 150 g (GLU, 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 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2286,7 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Sód [mg] 2 197,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 24
02.12.2024 Poniedziałek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) schab gotowany 50 g serek kremowy 1 szt. miód 25g 1 szt. (ŁUB) papryka konserwowa 50 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) klops smażony 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g surówka z białej kapusty z marchewką 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) twaróg ze szczypiorkiem 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] 2 551,6 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Sód [mg] 2 222,7 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

02.12.2024 Poniedziałek	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 kasza 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] 2 359,2 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 332,6 Sód [mg] 2 127,5 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	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] 2 232,6 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Sód [mg] 2097,4 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 28
	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. (ŁUB) serek deliser 1 szt. (MLE) sałata 20 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 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] 2 574,6 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 364,2 Sód [mg] 2 221,9 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 96,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

02.12.2024 Poniedziałek	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 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] 2 324,1 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 337,7 Sód [mg] 2 167,9 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) schab gotowany 50 g serek deliser 1 szt. (MLE) papryka konserwowa 80 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 150ml 1 szt. (MLE)	zraz gotowany 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g surówka z białej kapusty z marchewką 160 g kompot truskawkowy 250 ml	chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką 150 g (MLE) zielonogórska 50 g pomidor 50 g jabłko 1 szt. Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	schab gotowany 50 g chleb graham 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 592 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 175,3 Sód [mg] 1 796,4 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	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] 2 530 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Sód [mg] 2179,8 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

03.12.2024 Wtorek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt. (MLE) salami 30 g (SEL, GOR) szynka gotowana 30 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 300 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 ogórek konserwowy 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 260,4 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 295,5 Sód [mg] 2 849,9 Sól [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	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 300 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] 2 149,7 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Sód [mg] 2 484,2 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 22
	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 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 300 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] 2 013,1 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Sód [mg] 2 084,8 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6

03.12.2024 Wtorek

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 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 300 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] 2 247,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 166,7 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
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) 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)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami gotowanymi 300 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] 2 152,6 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Sód [mg] 2 179,8 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 22
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt. (MLE) pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	winogrono 150 g	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt. (MLE) połędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL, S02) sałata 40 g ogórek konserwowy 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 150ml 1 szt. (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1515,7 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 187,7 Sód [mg] 2 421 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-27 do dnia 2024-12-03
KUCHNIA SZPITALNA.

03.12.2024 Wtorek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) szynka gotowana 50 g (<i>S02</i>) jajko gotowane 1 szt. (<i>JAJ</i>) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek deliser 2 szt. (<i>MLE</i>)	zupa mięsna 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ryż z musem jabłkowym 300 g (<i>MLE, S02</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt. (<i>MLE</i>) połowica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (<i>RYB, SEL, S02</i>) ser topiony 50 g (<i>MLE, S02</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt. (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 254,3 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Sód [mg] 2 654,1 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
-------------------	------------------	---	-------------------------------------	--	--	---	--------------------------------------	---