

## KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
01.01.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) frankfurterki 40 g schab pieczony 30 g serek kremowy 1 szt mandarynka 1 szt papryka konserwowa 50 g szarlotka 100 g (GLU, JAJ, MLE) kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) kotlet de volaille 120 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g surówka z białej kapusty z marchewką 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) południca sopočka50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 3 264,6 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 140,2 Węglowodany ogółem [g] 383,1 Sód [mg] 2 307 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 118,9 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 53,4 Błonnik pokar- mowy [g] 30,6
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab pieczony 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g mandarynka 1 szt szarlotka 100 g (GLU, JAJ, MLE) 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) południca sopočka50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 760,6 Białko ogółem [g] 136 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 388,1 Sód [mg] 1 948,7 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 124,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 38,7 Błonnik pokar- mowy [g] 29,2
	3-Latwo strawna z ogranicze- niem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab pieczony 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g szarlotka 100 g (GLU, JAJ, MLE) 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) południca sopočka50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 585,1 Białko ogółem [g] 134,4 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Sód [mg] 1 911,1 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 113,4 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 34,7 Błonnik pokar- mowy [g] 27,3

01.01.2025 Środa

3/9-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab pieczony 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g szarlotka 100 g (GLU, JAJ, MLE) kaszka 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 835,6 Białko ogółem [g] 157,4 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 398,3 Sód [mg] 1 965,1 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 139,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
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 pieczony 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g szarlotka 100 g (GLU, JAJ, MLE) 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g 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) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 724,6 Białko ogółem [g] 137 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 396,3 Sód [mg] 2 006,1 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 124,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab pieczony 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g papryka konserwowa 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szarlotka 50 g (GLU, JAJ, MLE)	zraz gotowany 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 200 g surówka z białej kapusty z marchewką 200 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) połędwica sopocka 50 g pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 836,4 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 253,2 Sód [mg] 1 858,2 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 94,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

01.01.2025 Środa	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) schab pieczony 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g mandarynka 1 szt szarlotka 100 g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt ( <i>MLE</i> )	pomidorowa z ryżem 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL, S02</i> ) zrazik mięsny duszo- ny 200 g ( <i>GLU, JAJ</i> ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) twaróg z koperkiem 120 g ( <i>MLE</i> ) połudwica sopočka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 814,9 Białko ogółem [g] 151,1 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 382,5 Sód [mg] 1 921,1 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 140,4 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 39,9 Błonnik pokar- mowy [g] 27,1
02.01.2025 Czwartek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt ( <i>MLE</i> ) mandarynka 1 szt pomidorki koktajlowe 50 g ryż na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g ( <i>GLU, MLE</i> ) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 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> ) serek wypasiony 1 szt ( <i>MLE</i> ) zielonogórska 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	jogurt owocowy 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 044,3 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 283,8 Sód [mg] 2 393,9 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 56 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 33,8 Błonnik pokar- mowy [g] 26,9
02.01.2025	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) parówka cienka 40 g ( <i>SEZ</i> ) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt ( <i>MLE</i> ) pomidorki koktajlowe 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g ( <i>GLU, MLE</i> ) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 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> ) serek wypasiony 1 szt ( <i>MLE</i> ) zielonogórska 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	jogurt owocowy 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 188,1 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 284 Sód [mg] 2 707,9 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 56 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 38,4 Błonnik pokar- mowy [g] 26,9

02.01.2025 Czwartek	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt ( <b>MLE</b> ) pomidorki koktajlowe 100 g jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt ( <b>ŁUB</b> ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 069,3 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Sód [mg] 1 866,3 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
02.01.2025 Czwartek	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt ( <b>MLE</b> ) jabłko gotowane 1 szt pomidorki koktajlowe 50 g ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	serek homogenizowany nat 1 szt ( <b>MLE</b> )	krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) indyk gotowany 100 g ziemniaki 250 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU, MLE</b> )		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt ( <b>ŁUB</b> ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) zielonogórska 50 g	jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 346 Białko ogółem [g] 126,1 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 315 Sód [mg] 2 463,5 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
02.01.2025 Czwartek	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt ( <b>MLE</b> ) pomidorki koktajlowe 100 g ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml ( <b>SEL</b> ) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml	ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt ( <b>ŁUB</b> ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 181,9 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Sód [mg] 1 947,2 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,8

02.01.2025 Czwartek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) papryka konserwowa 150 g pomidorki koktajlowe 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mandarynka 1 szt	indyk gotowany 120 g ziemniaki 200 g fasolka szparagowa gotowana 200 g sałatka szwedzka 160 g cukinia gotowana 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g zielonogórska 50 g sałata 60 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 583,2 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 193,1 Sód [mg] 3 065 Sól [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
02.01.2025 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 80 g (SEZ) serek deliser 2 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka biała 50 g	barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 321 Białko ogółem [g] 119,8 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 283,4 Sód [mg] 2 523,9 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,
03.01.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj ze szczypiorkiem 120 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g papryka świeża 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops rybny smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 300 g surówka z kapusty kiszonej 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 489,2 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 326,7 Sód [mg] 2 649,5 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 32

03.01.2025 Piątek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb graham 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta z jaj 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka śniadaniowa 50 g sałata 20 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml ( <b>MLE</b> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		szpinakowa z ryżem 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) pieczeń rybna w sosie greckim 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL, S02</b> ) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb graham 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) serek homogenizowany owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka gotowana 50 g ( <b>S02</b> ) jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 382,6 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 337,2 Sód [mg] 2 360,1 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta z białek jaj 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka śniadaniowa 50 g sałata 40 g dżem 25 g kaszkę kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) zraz rybny w sosie koperkowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) serek homogenizowany owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka gotowana 50 g ( <b>S02</b> ) jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 388,4 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 348,8 Sód [mg] 2 280,4 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 84 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 28
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta z białek jaj 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) szynka śniadaniowa 50 g sałata 40 g dżem 25 g kaszkę kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) zraz rybny w sosie koperkowym 200 g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) serek homogenizowany owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynka gotowana 50 g ( <b>S02</b> ) jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) szynka gotowana 50 g ( <b>S02</b> )	ciasto drożdżowe 60 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 536,5 Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 361,5 Sód [mg] 2 678,3 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 92,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

03.01.2025 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) pasta z białek jaj 120 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g sałata 20 g dżem 25 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,3 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sód [mg] 2 316,9 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g pasta z jaj ze szczypiorkiem 120 g (JAJ, MLE) papryka świeża 150 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	zraz rybny gotowany 120 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 200 g surówka z kapusty kiszonej 200 g brokuły gotowane 200 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) pasta drobiowa z jarzynami 60 g (SEL) pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 635,9 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 204,9 Sód [mg] 2 989,4 Sól [g] 7,5 suma cukrów prostych [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj 120 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	szpinakowa z ryżem greckim 200 g (GLU, MLE, SEL) pieczeń rybna w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, SEL, S02) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)

04.01.2025 Sobota	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) twaróg 70 g ( <i>MLE</i> ) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	rosół z makaronem 300 ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) ziemniaki 300 g marchew z groszkiem 120 g sok owocowy 0,2 1 szt	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynkowa 50 g ( <i>SOJ, MLE</i> ) serek kremowy 1 szt sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 348,7 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Sód [mg] 2 276 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,
	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 70 g ( <i>MLE</i> ) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	rosół z makaronem 300 ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g ( <i>GLU</i> ) sok owocowy 0,2 1 szt	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynkowa 50 g ( <i>SOJ, MLE</i> ) serek kremowy 1 szt sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 337,8 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sód [mg] 2 229,8 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 93 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) twaróg 70 g ( <i>MLE</i> ) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <i>MLE</i> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	kartoflanka 300 ml ( <i>SEL</i> ) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g ( <i>GLU</i> ) sok owocowy 0,2 1 szt	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, MLE</i> ) serek deliser 1 szt ( <i>MLE</i> ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <i>MLE</i> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 377 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Sód [mg] 2 131 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,9



04.01.2025 Sobota	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) twaróg 70 g ( <b>MLE</b> ) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	serek wypasiony 1 szt ( <b>MLE</b> )	kartoflanka 300 ml ( <b>SEL</b> ) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g ( <b>GLU</b> ) sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) serek deliser 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynkowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) białko jajka kurzego gotowane 30 g ( <b>JAJ</b> ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 567,5 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Sód [mg] 2 230 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 100,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) twaróg 70 g ( <b>MLE</b> ) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )		kartoflanka 300 ml ( <b>SEL</b> ) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g ( <b>GLU</b> ) sok owocowy 0,2 1 szt	herbatniki 2 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> )	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynkowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) serek deliser 1 szt ( <b>MLE</b> ) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	deser z musem owocowym 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 520,1 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 358,3 Sód [mg] 2 226,9 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 110,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g ( <b>GLU</b> ) masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) twaróg 100 g ( <b>MLE</b> ) szynka drobiowa 50 g pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	mandarynka 1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 200 g brokuły gotowane 250 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb graham 60 g ( <b>GLU</b> ) masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) szynkowa 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) sałata 40 g ogórek kiszony 150 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	chleb graham 25 g ( <b>GLU</b> ) serek deliser 1 szt ( <b>MLE</b> ) papryka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 597,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 191,7 Sód [mg] 2 795,5 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

04.01.2025	Sobota	9-Bogatobialkowa	<p>chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) twaróg 100 g (<b>MLE</b>) mandarynka 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>szynka drobiowa 50 g</p>	<p>rosół z makaronem 300 ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (<b>GLU, MLE, SEL</b>) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (<b>GLU</b>) sok owocowy 0,2 1 szt</p>	<p>chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) szynkowa 50 g (<b>SOJ, MLE</b>) schab gotowany 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>deser z musem owocowym 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 221,2 Białko ogółem [g] 124,9 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 275 Sód [mg] 2 187,6 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,9</p>
05.01.2025	Niedziela	1-Podstawowa	<p>chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) szynka śniadaniowa 50 g ser krojony 50 g (<b>MLE</b>) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (<b>GLU, MLE</b>) Kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL, S02</b>) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (<b>GLU, JAJ</b>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt</p>	<p>chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) szynka w galarecie z warzywami 200 g serek deliser 1 szt (<b>MLE</b>) Kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>babka piaskowa 60 g (<b>GLU, JAJ</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 393,5 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sód [mg] 2 624,7 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3</p>	
05.01.2025	Niedziela	2-Łatwo strawna	<p>chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) szynka śniadaniowa 50 g plaster sera topionego 1 szt (<b>MLE</b>) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (<b>GLU, MLE</b>) Kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>pomidorowa z ryżem 300 ml (<b>GLU, MLE, SEL, S02</b>) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (<b>GLU, JAJ</b>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt</p>	<p>chleb bydgoski 50 g (<b>GLU</b>) chleb graham 50 g (<b>GLU</b>) masło 15g 1 szt (<b>MLE</b>) szynka w galarecie z warzywami 200 g serek deliser 1 szt (<b>MLE</b>) Kawa z mlekiem 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>babka piaskowa 60 g (<b>GLU, JAJ</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 282,9 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 347 Sód [mg] 2 310,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,3</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

05.01.2025 Niedziela

3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g dżem 25 g pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pulpety 2 szt w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,6 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 334,1 Sód [mg] 2 189,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g dżem 25 g pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pulpety 2 szt w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) schab gotowany 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 509,5 Białko ogółem [g] 138,4 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 360,8 Sód [mg] 2 280,6 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 112,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
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 śniadaniowa 50 g dżem 25 g pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pulpety 2 szt w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 1 szt	jabłko gotowane 1 szt	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 239,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 349,1 Sód [mg] 2 191,9 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 98,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

05.01.2025 Niedziela	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g ( <i>GLU</i> ) masło 10g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt ( <i>MLE</i> ) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	kiwi 1 szt	pulpety gotowane 120 g ( <i>GLU, JAJ</i> ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g surówka z marchwi i jabłka 200 g ( <i>MLE</i> ) sok owocowy 0,2 l 1 szt		chleb graham 60 g ( <i>GLU</i> ) masło 10g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynka w galarecie z warzywami 200 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	chleb graham 20 g ( <i>GLU</i> ) pasta z jaj 50 g ( <i>JAJ, MLE</i> )	Wartość energetyczna[kcal] 1 635,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 229,8 Sód [mg] 2 066,1 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	9-Bogatobiałkowa	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 plaster sera topionego 1 szt ( <i>MLE</i> ) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	serek homogenizowany owocowy 1 szt ( <i>MLE</i> )	pomidorowa z ryżem 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL, S02</i> ) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g ( <i>GLU, JAJ</i> ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 l 1 szt		chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) szynka w galarecie z warzywami 150 g serek deliser 2 szt ( <i>MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	babka piaskowa 60 g ( <i>GLU, JAJ</i> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 331,6 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 340,1 Sód [mg] 2 287,8 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 104,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	06.01.2025 Poniedziałek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) krakowska 50 g ( <i>SEL, GOR</i> ) serek deliser 1 szt ( <i>MLE</i> ) papryka świeża 50 g manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) schab duszony w sosie własnym 200 g ( <i>GLU, MLE</i> ) ziemniaki 300 g surówka z białej kapusty z marchewką 160 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> ) jajko gotowane 1 szt ( <i>JAJ</i> ) zielonogórska 50 g ogórek świeży 50 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	mus owocowy 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

06.01.2025 Poniedziałek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) połędwica z indyka 50 g serek deliser 1 szt ( <i>MLE</i> ) sałata 20 g manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) schab duszony w sosie własnym 200 g ( <i>GLU, MLE</i> ) ziemniaki 300 g bukiet warzyw 120 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> ) jajko gotowane 1 szt ( <i>JAJ</i> ) zielonogórska 50 g pomidor 60 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1982,5 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Sód [mg] 2 249,4 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt ( <i>MLE</i> ) sałata 40 g manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )		krupnik z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) schab gotowany w sosie białym 200 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g 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> ) pasta drobiowa z jarzynami 100 g ( <i>SEL</i> ) zielonogórska 50 g pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 146,1 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Sód [mg] 2 214 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb pszenny 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt ( <i>MLE</i> ) sałata 40 g manna na mleku 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	jogurt owocowy 1 szt ( <i>MLE</i> )	krupnik z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, SEL</i> ) schab gotowany w sosie białym 200 g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g 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> ) pasta drobiowa z jarzynami 100 g ( <i>SEL</i> ) zielonogórska 50 g pomidor 150 g białko jajka kurzego gotowane 30 g ( <i>JAJ</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> )	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 298,5 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Sód [mg] 2 345,9 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

06.01.2025 Poniedziałek	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt ( <b>MLE</b> ) sałata 40 g manna na mleku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	krupnik z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) schab gotowany w sosie białym 200 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot truskawkowy 250 ml	chrupki kukurydziane 20 g	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) zielonogórska 50 g pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 204,2 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Sód [mg] 2 227,3 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g ( <b>GLU</b> ) masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) połędwica z indyka 50 g serek deliser 1 szt ( <b>MLE</b> ) papryka świeża 100 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) schab gotowany 100 g ziemniaki 200 g bukiet warzyw 200 g surówka z białej kapusty z marchewką 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g ( <b>GLU</b> ) masło 10g 1 szt ( <b>MLE</b> ) jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) zielonogórska 50 g pomidor 150 g ogórek świeży 100 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 582,2 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 207,8 Sód [mg] 2 127,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 31
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb graham 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) połędwica z indyka 50 g jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) sałata 20 g manna na mleku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	serek kremowy 2 szt	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ) schab duszony w sosie własnym 200 g ( <b>GLU, MLE</b> ) ziemniaki 300 g bukiet warzyw 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb graham 50 g ( <b>GLU</b> ) masło 15g 1 szt ( <b>MLE</b> ) pasta drobiowa z jarzynami 100 g ( <b>SEL</b> ) zielonogórska 50 g pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> )	mus owocowy 1 szt

07.01.2025 Wtorek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) pomidor 50 g ryż na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	pieczarkowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) kotlet schabowy 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) żywiecka 50 g (SOJ, SEL, GOR) sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Sód [mg] 2 197,8 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) pomidor 50 g ryż na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SOJ, MLE, S02) surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Sód [mg] 2 323,8 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	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) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) pomidor 100 g ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 397,1 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Sód [mg] 2 395,5 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

07.01.2025 Wtorek

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) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) pomidor 100 g ryż na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) pasta drobiowa z jarzynami 100 g (SEL) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 473,3 Białko ogółem [g] 134,5 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Sód [mg] 2 559,3 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
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) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) 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) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 352,2 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Sód [mg] 2 399,9 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 26
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) rzodkiewki 30 g ogórek konserwowy 150 g sałata 60 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) szynka gotowana 30 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 685,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 201 Sód [mg] 2 537,5 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,8



Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-01 do dnia 2025-01-07  
KUCHNIA SZPITALNA.

07.02.2025 Wtorek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g ( <i>GLU</i> ) chleb graham 50 g ( <i>GLU</i> ) masło 15g 1 szt ( <i>MLE</i> ) parówka cienka 40 g ( <i>SEZ</i> ) pomidor 50 g kiwi 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) ryż na mleku 150 ml ( <i>MLE</i> )	pieczeń drobiowa 50 g ( <i>GLU, JAJ</i> )	zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ) udko duszone w sosie własnym 270 g ( <i>GLU, SOJ, MLE, S02</i> ) ziemniaki 300 g surówka z marchwi i jabłka 160 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 gotowana 50 g ( <i>S02</i> ) pasta drobiowa z jarzynami 50 g ( <i>SEL</i> ) Kawa z mlekiem 250 ml ( <i>GLU, MLE</i> ) sałata 20 g	ciasto drożdżowe 60 g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> )	Wartość energetyczna [kcal] 2 337,1 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 2 302,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
-------------------	------------------	---	---	---	---	--	---