

KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
22.01.2025 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 300 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] 2 301 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Sód [mg] 3 039,2 Sól [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 89,2 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 35,1 Błonnik pokar- mowy [g] 32,7
	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 -d 300 g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>) ziemniaki 300 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] 2 182,9 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Sód [mg] 2 050,9 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 78,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 32,5 Błonnik pokar- mowy [g] 28,6
	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 200 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 300 g (<i>GLU</i>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 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>) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>)	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 305,8 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sód [mg] 2 107,4 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 85,4 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 33 Błonnik pokar- mowy [g] 25,5

22.01.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) 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 300 g (GLU) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 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) białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 468,6 Białko ogółem [g] 141,4 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Sód [mg] 2 248,5 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 94,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 26
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 Kawa z mlekiem 20 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml	galaretka z owocami 150 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g schab gotowany 30 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 307 Białko ogółem [g] 156,1 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 296,1 Sód [mg] 2 026,9 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
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 sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	bitka ze schabu 100 g ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g ogórek kiszony 100 g kompot truskawkowy 200 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 40 g serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 100 g sałata 40 g marchewka surowa tarta 250 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 584,4 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 192,3 Sód [mg] 2 863,7 Sól [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 33,1

22.01.2025 Środa	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) 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 -d 300 g (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ziemniaki 300 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 owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 318,7 Białko ogółem [g] 130,7 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 303,8 Sód [mg] 2 110,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 80,6 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 34,8 Błonnik pokar- mowy [g] 28,6
	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 200 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 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 wp 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] 2 346,2 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Sód [mg] 2 471,7 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 76,3 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 32,1 Błonnik pokar- mowy [g] 25,6
23.01.2025 Czwartek	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 200 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 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 wp 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] 2 337,3 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 342,2 Sód [mg] 2283,7 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 75,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 32,1 Błonnik pokar- mowy [g] 25,6

23.01.2025 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 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)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 229,3 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 340,8 Sód [mg] 2 327,5 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	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 100 g (SEL)	marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL) pulpety gotowane 2szt w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 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 udko gotowane 200 g pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 540,9 Białko ogółem [g] 145,8 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 344,8 Sód [mg] 2 475,5 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,6
	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) 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 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	jogurt owocowy 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)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,8 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 353,1 Sód [mg] 2 398 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

23.01.2025 Czwartek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg z rzodkiewką 100 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) pomidor 150 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jabłko 1 szt	pulpety gotowane 120 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 150 g sałata z jogurtem 100 g (<i>MLE</i>) cukinia gotowana 200 g surówka z selera i jabłka 160 g (<i>MLE, SEL</i>) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 70 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) udko pieczone 200 g (<i>SOJ, S02</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) papryka konserwowa 150 g Kawa z mlekiem 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 741,3 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 194,5 Sód [mg] 2 165,8 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	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>)	pastę mięsno-jarzynową 80 g (<i>SEL</i>)	jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) klops duszony w sosie własnym 200 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 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 wp 50 g udko pieczone 180 g (<i>SOJ, S02</i>) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 60 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 412,2 Białko ogółem [g] 138,5 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 2 415,8 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
24.01.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) schab w majeranku 50 g ser krojony 40 g (<i>MLE</i>) pomidor 50 g śliwka 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (<i>MLE</i>)		fasolowa z boczkiem i ziemniakami 300 ml (<i>GLU, 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>) pasztet zapiekany 50 g (<i>SEL</i>) serek topiony-plaster 1 szt (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) papryka konserwowa 50 g	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 719,5 Białko ogółem [g] 145,3 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Sód [mg] 2 301,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

24.01.2025 Piątek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 50 g mandarynka 1 szt kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (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 topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,6 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Sód [mg] 1 847,3 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) banan 1 szt pomidor 100 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (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 deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 589,1 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 356,2 Sód [mg] 1 883,4 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) banan 1 szt pomidor 100 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	krupnik z ziemniakami 300 ml (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 deliser 2 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 70 g (SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 703 Białko ogółem [g] 149,9 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Sód [mg] 1 996,9 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

24.01.2025 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) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) banan 1 szt pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	krupnik z ziemniakami 300 ml (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 deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 589,1 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 356,2 Sód [mg] 1 883,4 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g zielonogórska 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 200 g sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	grejpfrut 0,5 szt indyk gotowany 100 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 250 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) marchewka surowa 250 g tarta 250 g kompot wiśniowy 250 ml	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) ogórek konserwowy 150 g papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 614,1 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 45,5 Węglowodany ogółem [g] 202,3 Sód [mg] 2 719,8 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) mandarynka 1 szt pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE) krupnik z ziemniakami 300 ml (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 topiony-plaster 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 70 g (SEL) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 394,5 Białko ogółem [g] 137,8 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 297,1 Sód [mg] 1 898,7 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,4

25.01.2025 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 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasztet zapiekany 50 g (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] 2 365,3 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Sód [mg] 2 838,9 Sól [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	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 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) południca 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] 2 215,1 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Sód [mg] 2 971,6 Sól [g] 7,4 suma cukrów prostych [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	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 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) południca 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] 2 071,1 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 305,1 Sód [mg] 2 167,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

25.01.2025 Sobota

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>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) indyk gotowany w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (<i>GLU</i>) 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>) połędwica z indyka 50 g twaróg 100 g (<i>MLE</i>) dżem 25 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 239,7 Białko ogółem [g] 125 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Sód [mg] 2 275,5 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) indyk gotowany w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (<i>GLU</i>) kompot truskawkowy 250 ml	herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	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 dżem 25 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 210,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Sód [mg] 2 262,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej 250 g kałafior gotowany 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 120 g (<i>MLE, SEL, S02</i>) sałata 60 g ogórek świeży 150 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	chleb graham 20 g (<i>GLU</i>) połędwica z indyka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 467 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 43,9 Węglowodany ogółem [g] 187 Sód [mg] 1 885,8 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Błonnik pokarmowy [g] 30

25.01.2025	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 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 180 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	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] 2 369,2 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Sód [mg] 2 994,2 Sól [g] 7,5 suma cukrów prostych [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	26.01.2025	Niedziela	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, MLE, SEL) schab w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) 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) 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] 2 229,3 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Sód [mg] 2 113,9 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
			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, MLE, SEL) schab w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) 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) 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] 2 226,5 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 283 Sód [mg] 2 109,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

26.01.2025 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 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 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 057,8 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Sód [mg] 2 062,4 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
	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 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 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) serek deliser 2 szt (MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 201,2 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Sód [mg] 2 238,3 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 19
	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 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, MLE, SEL) ziemniaki 250 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml	galaretka owocowa 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 231,4 Białko ogółem [g] 140,6 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 290,9 Sód [mg] 2 117,5 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 18

26.01.2025	Niedziela	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) ogórek świeży 150 g papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jabłko 1 szt	schab gotowany 100 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g sałata z jogurtem 100 g (<i>MLE</i>) fasolka szparagowa gotowana 200 g kompot truskawkowy 250 ml	chleb graham 70 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) pomidor 200 g grozdek konserwowy 50 g kukurydza kon. 30 g	jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 524,4 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 205,7 Sód [mg] 2 040,1 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,9	
	26.01.2025	Niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) parówkowa 110 g (<i>SEZ</i>) sałata 20 g manna na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	twaróg 100 g (<i>MLE</i>)	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) schab w sosie pomidorowym 200 g (<i>GLU, MLE, SEL, S02</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>) jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) pomidor 55 g Kawa z mlekiem 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	deser z musem owocowym 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 302,5 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 277 Sód [mg] 2 210,8 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	27.01.2025	Poniedziałek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt miód 25g 1 szt (<i>ŁUB</i>) papryka konserwowa 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (<i>MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		pomidorowa z ryżem 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL, S02</i>) klops smażony 120 g (<i>GLU, JAJ</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>) twaróg ze szczypior-kiem 120 g (<i>MLE</i>) zielenogórska 50 g jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 560,2 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Sód [mg] 2 210,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,

27.01.2025 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>) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (<i>ŁUB</i>) serek kremowy 1 szt sałata 20 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, 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 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>) twaróg z koperkiem 120 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 433 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 340,3 Sód [mg] 2 152,5 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 64,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 35 Błonnik pokar- mowy [g] 29,1
	3-Łatwo 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>) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (<i>ŁUB</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (<i>SEL</i>) zraz gotowany w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 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>) twaróg z koperkiem 120 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 316,8 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Sód [mg] 2 073,9 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 59,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,5 Błonnik pokar- mowy [g] 27,2
	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>) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (<i>ŁUB</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogeni- zowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (<i>SEL</i>) zraz gotowany w sosie koperkowym 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 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>) twaróg z koperkiem 120 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 658,8 Białko ogółem [g] 146,8 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 373,1 Sód [mg] 2 198,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 93,9 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 36,3 Błonnik pokar- mowy [g] 27,9

27.01.2025 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 z kotła 50 g miód 25g 1 szt (LUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 200 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 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] 2 369 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 340 Sód [mg] 2 128,1 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 150 g ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	zraz gotowany 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g buraczki gotowane 160 g surówka z białej kapusty z marchewką 250 g kompot truskawkowy 250 ml	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) zielonogórska 50 g pomidor 200 g	schab gotowany 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 618,4 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 182,3 Sód [mg] 2 177,1 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt sałata 60 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 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] 2 454 Białko ogółem [g] 135,1 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Sód [mg] 2 141,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,

28.01.2025 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 100 g płatki owsiane na mleku 200 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 patisony 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 308,5 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 295,8 Sód [mg] 2 664,7 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	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] 2 232,4 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sód [mg] 2 501,5 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	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 100 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 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) połędwica drobiowa 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 022,6 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Sód [mg] 2 088,7 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2

28.01.2025 Wtorek	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 100 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 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) połędwica drobiowa 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,2 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Sód [mg] 2 170,6 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	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 100 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 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) połędwica drobiowa 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,1 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 334,9 Sód [mg] 2 183,7 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,6
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 150 g papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	marchewka surowa tarta 130 g	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 250 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) sałata 40 g	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 570,3 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 195,8 Sód [mg] 2 118 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-22 do dnia 2025-01-28
KUCHNIA SZPITALNA.

28.01.2025 Wtorek	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 100 g płatki owsiane na mleku 270 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 300 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połowica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) ser topiony 50 g (MLE, S02) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 375,1 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 305,6 Sód [mg] 2 690,9 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
-------------------	------------------	--	------------------------------------	--	--	--	-------------------------------------	---