

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-29 do dnia 2025-02-04
KUCHNIA SZPITALNA.

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
29.01.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE, ORZ)		żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL, SO2) karkówka duszona w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g kapusta czerwona gotowana 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) dębicka 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 412,5 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 306,1 Sód [mg] 2034,3 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE, ORZ)		Brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 202,8 Białko ogółem [g] 122,7 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 290 Sód [mg] 1 989,7 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		Brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) 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 z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 096,7 Białko ogółem [g] 119,5 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 285,3 Sód [mg] 2 012,6 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

Jadłospisy od dnia 2025-01-29 do dnia 2025-02-04
KUCHNIA SZPITALNA.

29.01.2025 Środa

3/9-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	Brokułowa z kasza 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) 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 z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g udko gotowane 200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,7 Białko ogółem [g] 151,3 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 285,6 Sód [mg] 2 160,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
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) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		Brokułowa z kasza 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml	budyń 200 ml (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 323,9 Białko ogółem [g] 125,1 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Sód [mg] 2 085,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 100,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 100 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g ogórek kiszony 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	grejpfrut 0,5 szt	schab gotowany 100 g ziemniaki 200 g marchew gotowana kostka 200 g (GLU) surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 200 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) dębicka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 619,8 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 46,9 Węglowodany ogółem [g] 216,2 Sód [mg] 2 852,4 Sól [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,6

29.01.2025 Środa	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE, ORZ)	szynkowa 50 g (SOJ, MLE)	Brokietowa z kasza 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 225,6 Białko ogółem [g] 125,7 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Sód [mg] 2 056,4 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
30.01.2025 Czwartek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) frankfurterki 45 g musztarda 10 g (GOR) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (MLE) gruszka 1 szt pomidorki koktajlowe 50 g ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (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) serek wypasiony 1 szt (MLE) zielenogórska 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 191,1 Białko ogółem [g] 108,5 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Sód [mg] 2 699,1 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (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) serek wypasiony 1 szt (MLE) zielenogórska 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 168,9 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 283,4 Sód [mg] 2 642,1 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 55,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 26,9

30.01.2025 Czwartek	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 100 g jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	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
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) jabłko gotowane 1 szt pomidorki koktajlowe 50 g ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (SEL) indyk gotowany 100 g sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE) ziemniaki 250 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g zielonogórska 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	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
	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 biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidorki koktajlowe 100 g ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	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

30.01.2025 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)	gruszka 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] 1 622,3 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 202,8 Sód [mg] 3 066,7 Sól [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	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 ml (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,
31.01.2025 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

31.01.2025 Piątek	2-Łatwo strawna	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 kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) pieczeń rybna w sosie greckim 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) jablko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 331 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 330,8 Sód [mg] 2 313 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	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 40 g dżem 25 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 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		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) jablko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	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 (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 120 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g sałata 40 g dżem 25 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (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		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 100 g (S02) jablko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	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

31.01.2025 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 kiszzonej 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] 1 636,2 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 204,9 Sód [mg] 3 003,9 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 300 ml (GLU, MLE, SEL) pieczeń rybna w sosie greckim 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)

01.02.2025 Sobota	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchew z groszkiem 120 g kompot truskawkowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek kremowy 1 szt sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 269,2 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Sód [mg] 2 267,6 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g mandarynka 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE, SEL) 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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek kremowy 1 szt sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,3 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Sód [mg] 2 221,5 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25 g szynka drobiowa 50 g jablko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kartoflanka 300 ml (SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE, SEL) 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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,5 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 316 Sód [mg] 2 122,6 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 83,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

01.02.2025 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>) 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>)	serek wypasiony 1 szt (<i>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>) 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>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) białko jajka kurzego gotowane 30 g (<i>JAJ</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] 2 488 Białko ogółem [g] 129,4 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Sód [mg] 2 221,6 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	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>) 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>) 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>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	deser z musem owocowym 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 440,6 Białko ogółem [g] 116,7 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 341,2 Sód [mg] 2 218,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 94 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg 100 g (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 50 g mandarynka 1 szt pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 200 g brokuły gotowane 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 60 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) sałata 40 g ogórek kiszony 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	chleb graham 25 g (<i>GLU</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) papryka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 528,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 174,7 Sód [mg] 2 791,9 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

01.02.2025	Sobota	9-Bogatobialkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) mandarynka 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka drobiowa 50 g	rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE, SEL) 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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) schab gotowany 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2141,7 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 258 Sód [mg] 2 179,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6	
	02.02.2025	Niedziela	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g ser krojony 50 g (MLE) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) pieczeń rzymska w sosie własnym 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) szynka w galarecie z warzywami 200 g serek deliser 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	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
			2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) pieczeń rzymska w sosie własnym 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) szynka w galarecie z warzywami 200 g serek deliser 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 282,7 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

02.02.2025 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 kukurydziana 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 kukurydziana 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 kukurydziana 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

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-29 do dnia 2025-02-04
KUCHNIA SZPITALNA.

02.02.2025	Niedziela							
02.02.2025	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	pulpety gotowane 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) sok owocowy 0,2 l 1 szt		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE)	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
03.02.2025	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g sok owocowy 0,2 l 1 szt		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 150 g serek deliser 2 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 331,6 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 61,9 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
03.02.2025	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (SEL, GOR) serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 50 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) kielbasa z rusztu z cebulką 120 g ziemniaki 300 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) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g ogórek świeży 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 206,4 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Sód [mg] 2 967,9 Sól [g] 7,4 suma cukrów prostych [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

03.02.2025 Poniedziałek	2-Łatwo strawna	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 manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g bukiet warzyw 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1983,1 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Sód [mg] 2 230,3 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot truskawkowy 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) zielonogórska 50 g pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 134,2 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Sód [mg] 2 206,6 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot truskawkowy 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) zielonogórska 50 g pomidor 150 g białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 286,6 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 2 338,4 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

03.02.2025 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) połędwica z indyka 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot truskawkowy 250 ml	chrupki kukurydziane 20 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g pomidor 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 206,8 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Sód [mg] 2 209 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	8-Ubogenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 100 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	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 (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g pomidor 150 g ogórek świeży 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 600,6 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 210,1 Sód [mg] 2 119,6 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek kremowy 2 szt	kałafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g bukiet warzyw 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 150 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2192,5 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 2 553,4 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-29 do dnia 2025-02-04
KUCHNIA SZPITALNA.

04.02.2025 Wtorek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g 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] 2 423,6 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 2 188,7 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g 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] 2 394 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Sód [mg] 2 314,6 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	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 chłopska 50 g 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] 2 425,2 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Sód [mg] 2 386,3 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 51,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

04.02.2025 Wtorek	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>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) pieczeń chłopska 50 g pomidor 100 g ryż na mleku 200 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek deliser 2 szt (<i>MLE</i>)	ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (<i>GLU</i>) kompot wiśniowy 250 ml		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>) szynka gotowana 50 g (<i>S02</i>) pasta drobiowa z jarzynami 100 g (<i>SEL</i>) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 501,8 Białko ogółem [g] 130 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 323 Sód [mg] 2 574,2 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	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>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) pieczeń chłopska 50 g pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (<i>GLU</i>) kompot wiśniowy 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>) twaróg 70 g (<i>MLE</i>) szynka gotowana 50 g (<i>S02</i>) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 380,3 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 320 Sód [mg] 2 390,7 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) pieczeń chłopska 50 g szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	kiwi 1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (<i>MLE</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 60 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg 100 g (<i>MLE</i>) rzodkiewki 30 g ogórek konserwowy 150 g sałata 60 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	chleb graham 20 g (<i>GLU</i>) szynka gotowana 30 g (<i>S02</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 713,5 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 203,1 Sód [mg] 2 528,4 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-29 do dnia 2025-02-04
KUCHNIA SZPITALNA.

04.02.2025 Wtorek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pomidor 50 g kiwi 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) ryż na mleku 150 ml (MLE)	pieczeń drobiowa 50 g (GLU, JAJ)	zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SOJ, MLE, S02) 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) szynka gotowana 50 g (S02) pasta drobiowa z jarzynami 50 g (SEL) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 337,4 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 2 314,3 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
-------------------	------------------	---	---	---	--	---	--	---