

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
19.03.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) poledwica lososiowa 50 g pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU , MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU , MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU , MLE , SEL) bigos 300 g (SEL , S02) ziemniaki 300 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (GLU , SOJ , MLE , SEL , GOR) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU , MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,1 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Sód [mg] 3 409,6 Sól [g] 8,6 suma cukrów prostych [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ , MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU , MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU , MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU , MLE , SEL) gulasz wołowy z warzywami -d 300 g (GLU , MLE , SEL) ziemniaki 300 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ , MLE , S02) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU , MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 228,8 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 306,1 Sód [mg] 2 091,4 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ , MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ , MLE) pomidorki koktajlowe 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU , MLE) Kawa z mlekiem 200 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		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ , MLE , S02) schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU , MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 515,6 Białko ogółem [g] 146,5 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Sód [mg] 2 221,6 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,4

19.03.2025 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) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, 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 (SOJ, MLE, SO2) 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] 2 678,3 Białko ogółem [g] 158,3 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Sód [mg] 2 362,7 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) 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 (SOJ, MLE, SO2) schab gotowany 30 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 190,9 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 304,2 Sód [mg] 2 013 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
8-Ubogenergetyczna	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 (SOJ, MLE, SO2) 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

19.03.2025 Środa	9-Bogatobiałkowa	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 Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	twaróg 50 g (<i>MLE</i>)	brokułowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, 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 (<i>SOJ, MLE, S02</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) sałata 20 g schab gotowany 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,4 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 280,1 Sód [mg] 2 050,5 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 74 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	1-Podstawowa	bułka pszenna 1 szt (<i>GLU, MLE</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg z rzodkiewką 100 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) winogrono 100 g ryż na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) befsztyk z cebulką 150 g (<i>GLU, JAJ</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>LUB</i>) ogórek konserwowy 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 50 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 441 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 333,5 Sód [mg] 2 415,5 Sól [g] 6, suma cukrów prostych [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
20.03.2025 Czwartek	2-Latwo strawna	bułka pszenna 1 szt (<i>GLU, MLE</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg 100 g (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) winogrono 100 g ryż na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</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 miód 25g 1 szt (<i>LUB</i>) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	babka piaskowa 50 g (<i>GLU, JAJ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 323,7 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 341 Sód [mg] 2 250,4 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 24

20.03.2025 Czwartek	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu		<p>bulka pszenna 1 szt (GLU, MLE)</p> <p>chleb bydgoski 50 g (GLU)</p> <p>masło 15g 1 szt (MLE)</p> <p>twaróg 100 g (MLE)</p> <p>szynkówka 50 g (MLE, GOR)</p> <p>jabłko gotowane 1 szt</p> <p>ryż na mleku 250 ml (MLE)</p> <p>Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)</p>		<p>marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL)</p> <p>pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ)</p> <p>ziemniaki 300 g</p> <p>sałata z jogurtem 100 g (MLE)</p> <p>kompot wiśniowy 250 ml</p>		<p>chleb bydgoski 50 g (GLU)</p> <p>chleb pszenny 50 g (GLU)</p> <p>masło 15g 1 szt (MLE)</p> <p>szynka biała 50 g</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>miód 25g 1 szt (ŁUB)</p>	<p>babka piaskowa 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 186,7</p> <p>Białko ogółem [g] 101,8</p> <p>Tłuszcz [g] 53</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 335,9</p> <p>Sód [mg] 2 286</p> <p>Sól [g] 5,8</p> <p>suma cukrów prostych [g] 70,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 20,7</p>
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	<p>pasta mięsno-jarzynowa 100 g (SEL)</p>	<p>marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL)</p> <p>pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ)</p> <p>ziemniaki 300 g</p> <p>sałata z jogurtem 100 g (MLE)</p> <p>kompot wiśniowy 250 ml</p>		<p>chleb bydgoski 50 g (GLU)</p> <p>chleb pszenny 50 g (GLU)</p> <p>masło 15g 1 szt (MLE)</p> <p>szynka biała 50 g</p> <p>udko gotowane 200 g</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>miód 25g 1 szt (ŁUB)</p>	<p>babka piaskowa 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 498,3</p> <p>Białko ogółem [g] 144,3</p> <p>Tłuszcz [g] 67,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 339,9</p> <p>Sód [mg] 2 434</p> <p>Sól [g] 6,2</p> <p>suma cukrów prostych [g] 71,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 22</p>		
	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		<p>marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL)</p> <p>pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ)</p> <p>ziemniaki 300 g</p> <p>sałata z jogurtem 100 g (MLE)</p> <p>kompot wiśniowy 250 ml</p>	<p>jogurt owocowy 1 szt (MLE)</p>	<p>chleb bydgoski 50 g (GLU)</p> <p>chleb pszenny 50 g (GLU)</p> <p>masło 15g 1 szt (MLE)</p> <p>szynka biała 50 g</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>miód 25g 1 szt (ŁUB)</p>	<p>babka piaskowa 50 g (GLU, JAJ)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 080</p> <p>Białko ogółem [g] 98,3</p> <p>Tłuszcz [g] 50,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 317,7</p> <p>Sód [mg] 2 256</p> <p>Sól [g] 5,7</p> <p>suma cukrów prostych [g] 67,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 20,6</p>		

20.03.2025 Czwartek	8-Ubogoenergetyczna	bułka grahamka 1 szt (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 100 g (MLE) szynkówka 30 g (MLE, GOR) pomidor 150 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	pulpety gotowane (2szt) 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g cukinia gotowana 160 g surówka z selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) kompot truskawkowy 250 ml	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) udko pieczone 200 g (SOJ, S02) serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 150 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 578,8 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 165,7 Sód [mg] 1 751,3 Sól [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	9-Bogatobiałkowa	bułka pszenna 1 szt (GLU, MLE) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) winogrono 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynkówka 50 g (MLE, GOR)	jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 30 g udko pieczone 180 g (SOJ, S02) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 50 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 294,2 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Sód [mg] 2 167,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
21.03.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 40 g ser krojony 30 g (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE)	grochowa z ziemniakami 300 ml (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) sałatka śledziowa 200 g (JAJ, RYB) szynka gotowana 40 g (SOJ, MLE, S02) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 615,4 Białko ogółem [g] 140,2 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 325,7 Sód [mg] 4 787,5 Sól [g] 12 suma cukrów prostych [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	

21.03.2025 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 kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, 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 (SÓJ, MLE, S02) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,9 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Sód [mg] 1 808,1 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
	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) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (GLU, MLE, 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 (SÓJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 330,2 Białko ogółem [g] 131,6 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Sód [mg] 1 847,1 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 19
	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) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, 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 (SÓJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 70 g (SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 458 Białko ogółem [g] 149,3 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 1 974,1 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

21.03.2025 Piątek	4-Latwo 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) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	Biszkopty 60g (GL, JAJ, ML)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 533,5 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Sód [mg] 1 880,7 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab w majeranku 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 (SÓJ, MLE, S02) ogórek konserwowy 150 g papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 530,1 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 201,4 Sód [mg] 2 184,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 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) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, 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 (SÓJ, MLE, S02) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 70 g (SEL) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 224,3 Białko ogółem [g] 136,7 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Sód [mg] 1 858,6 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

22.03.2025 Sobota	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek kremowy 1 szt 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) barszcz biały z 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] 2 311,6 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Sód [mg] 2 601,8 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek kremowy 1 szt 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) połędwica z indyka 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 161,4 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 297,7 Sód [mg] 2 734,6 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 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) połędwica z indyka 50 g dżem 25g 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 117 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Sód [mg] 2 207,7 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

22.03.2025 Sobota	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (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) polędwica z indyka 50 g twaróg 100 g (MLE) dżem 25g 1 szt sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	schab gotowany 50 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 123,3 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Sód [mg] 2 299,1 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) 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	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g dżem 25g 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 256,5 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 334,1 Sód [mg] 2 302,7 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej 250 g kalefior gotowany 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 50 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałata 60 g ogórek świeży 150 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) polędwica z indyka 50 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 546 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 48,8 Węglowodany ogółem [g] 188,2 Sód [mg] 2 015,5 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 30

22.03.2025 Sobota	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g 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] 2 344 Białko ogółem [g] 140 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Sód [mg] 2 653,7 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	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 25g 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany 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] 2 265 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Sód [mg] 2 145,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) dżem 25g 1 szt 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 gotowany 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] 2 262,2 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Sód [mg] 2 141,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

23.03.2025 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 25g 1 szt 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) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 093,5 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sód [mg] 2 093,9 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 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 25g 1 szt 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) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) serek deliser 2 szt (MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 243,7 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Sód [mg] 2 269,8 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 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 25g 1 szt 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 300 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) szynkówka 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 153,4 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 314,5 Sód [mg] 2 134 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,2

23.03.2025	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>) szynkówka 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) pomidor 200 g groszek 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
		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 gotowany 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>) szynkówka 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] 2 344,9 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 280,3 Sód [mg] 2 242,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
		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>) pieczarka marynowana 50 g (<i>GOR</i>) kasza 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 kukurydzą i papryką świeżą 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 szczypiorkiem 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>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

24.03.2025 Poniedziałek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek kremowy 1 szt sałata 20 g kasza kukurydziana na mleku 200 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 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] 2 441,3 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 342, Sód [mg] 2 167 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zraz gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) 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) 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] 2 341,8 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Sód [mg] 2 113,7 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zraz gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) 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) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g jabłko gotowane 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 683,8 Białko ogółem [g] 146,9 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 377,8 Sód [mg] 2 238,2 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 96,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1

24.03.2025 Poniedziałek	4-Latwo 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 kasza 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] 2 389,9 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 344,4 Sód [mg] 2 164,3 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pieczarka marynowana 80 g (GOR) 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 kukurydzą i papryką świeżą 200 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] 1 707,2 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 187,5 Sód [mg] 1 860,4 Sól [g] 4,7 suma cukrów prostych [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	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] 2 446 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 322,6 Sód [mg] 2 141,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

25.03.2025 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 (SÓJ, MLE, 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) polędwica drobiowa 50 g serek topiony-plaster 1 szt (MLE) patisony 50 g (GOR) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 251 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Sód [mg] 2 411,6 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 83,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, 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) polędwica drobiowa 50 g serek topiony-plaster 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 136,6 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Sód [mg] 2 255,8 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 82,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	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 (SÓJ, MLE, 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) polędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 140,5 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sód [mg] 2 129,2 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,2

25.03.2025 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 (SÓJ, MLE, 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) połędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) serek wypasiony 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,9 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Sód [mg] 2 211,1 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, 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) połędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 280 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Sód [mg] 2 224,2 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,6
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, 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] 1 642,8 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 195,8 Sód [mg] 2 118,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-03-19 do dnia 2025-03-25
KUCHNIA SZPITALNA.

25.03.2025 Wtorek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka gotowana 60 g (<i>SÓJ, MLE, S02</i>) jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 270 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek deliser 2 szt (<i>MLE</i>)	zupa mięsna 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ryż z musem jabłkowym 300 g (<i>MLE, S02</i>) kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) polędwica drobiowa 50 g pasta rybna z warzywami 150 g (<i>RYB, SEL</i>) serek topiony- plaster 1 szt (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 508 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Sód [mg] 2 541,1 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 86,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,
-------------------	------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------