

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
21.05.2025 Środa	1-Podstawowa	bułka wrocławska 1 szt (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)		żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) karkówka duszona 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 rzodkiewką 150 g (MLE) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 510,9 Białko ogółem [g] 126,5 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Sód [mg] 2 102,9 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 86,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	2-Latwo strawna	bułka wrocławska 1 szt (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)		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 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 228,9 Białko ogółem [g] 124,4 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 292 Sód [mg] 1 977,1 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 83,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb bydgoski 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 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 111 Białko ogółem [g] 119,8 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 1 981,9 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

21.05.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (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 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 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) udko gotowane 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 398 Białko ogółem [g] 152,4 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 2 139,2 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	bułka wrocławska 1 szt (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	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 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 340,2 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Sód [mg] 2 064,6 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
5 - Bogatoresztkowa	bułka grahamka 1 szt (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 papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		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) surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 120 g (MLE) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ogórek świeży 150 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,4 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 278,7 Sód [mg] 1 980,7 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

21.05.2025 Środa	8-Ubogoenergetyczna	bułka grahamka 1 szt (GLU) chleb graham 30 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) debicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 635 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 204,3 Sód [mg] 3 403,8 Sól [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	9-Bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (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)	szynkowa 50 g (SOJ, MLE)	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) debicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 251,7 Białko ogółem [g] 127,5 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Sód [mg] 2 043,8 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 84,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) frankfurterka 45 g musztarda 10 g (GOR) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (MLE) gruszka 1 szt pomidor 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) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 201,3 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Sód [mg] 2 685,5 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

22.05.2025 Czwartek

2-Łatwo 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) pomidor 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) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 154,9 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 2 627,6 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,
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) pomidor 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] 2 051,7 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 318,7 Sód [mg] 1 853,5 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
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 pomidor 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 ziemniaki 250 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE)		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 327,4 Białko ogółem [g] 124,9 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 312,1 Sód [mg] 2 449,9 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

22.05.2025 Czwartek

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) pomidor 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 (LUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,3 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 332,3 Sód [mg] 1 934,4 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 46,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,6
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) szynka biała 30 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 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 200 g cukinia gotowana 200 g marchewka surowa tarta 100 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) zielonogórska 30 g (SOJ, MLE) sałata 40 g ogórek świeży150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 221,1 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Sód [mg] 2 361,1 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
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 pomidor 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 (SOJ, MLE) sałata 60 g ogórek świeży200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 637 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 209,2 Sód [mg] 3 049,1 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

22.05.2025 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 80 g (SEZ) serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 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] 2 307,1 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 2 509,4 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) 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, marchewki, pietruszki zielonej 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 (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 505,5 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 90, Węglowodany ogółem [g] 328,3 Sód [mg] 2 663,9 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 32
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, 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) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,3 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Sód [mg] 2 278,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

23.05.2025 Piątek

3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszk 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 cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) 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) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko gotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 446 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 354,4 Sód [mg] 2 324 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 91,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 26
3/9-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszk 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 cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) 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) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko gotowane1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,6 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 363 Sód [mg] 2 698,4 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 97,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
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) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszk 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 cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) 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 (SOJ, MLE, S02) jabłko gotowane1 szt kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 432,4 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 350,6 Sód [mg] 2 336,8 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

23.05.2025 Piątek	5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) surówka z kapusty kiszonej, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) ogórek świeży 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 196,5 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 2 635,2 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) papryka świeża 150 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zraz rybny gotowany 120 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 200 g surówka z kapusty kiszonej, marchewki, pietruszki zielonej 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 (SOJ, MLE, S02) pasta mięsno-jarzynowa 100 g (SEL) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 707,6 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 206,7 Sód [mg] 3 020,3 Sól [g] 7,5 suma cukrów prostych [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, 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) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Sód [mg] 2 245,6 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

24.05.2025 Sobota	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) 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) 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] 2 282,4 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Sód [mg] 2 254,6 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 78,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) 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) 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] 2 271,6 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Sód [mg] 2 208,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	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 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko 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) 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] 2 303,8 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 317 Sód [mg] 2 109,2 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

24.05.2025 Sobota

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko gotowane1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	kartoflanka 300 ml (SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 494,3 Białko ogółem [g] 129,2 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 319,6 Sód [mg] 2 208,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
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 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko gotowane1 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) ziemniaki 300 g marchew gotowana 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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 446,9 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 342,2 Sód [mg] 2 205,1 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 95,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 200 g papryka świeża 150 g mandarynka 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana 120 g (GLU) kostka 120 g brokuły gotowane 120 g surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g ogórek świeży200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 091,7 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 287 Sód [mg] 2 056,5 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
 KUCHNIA SZPITALNA.

24.05.2025 Sobota	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mandarynka 1 szt 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 (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g ogórek kiszony 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 25 g (GLU) serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 519,2 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 175,5 Sód [mg] 2 784,4 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	9-Bogatobiałkowa	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 (SOJ, MLE, SEL, GOR) rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 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) 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] 2 144,8 Białko ogółem [g] 123,7 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 259,7 Sód [mg] 2 157,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) 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)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 280,6 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Sód [mg] 2 674 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

25.05.2025 Niedziela

2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) 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)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 169,9 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Sód [mg] 2 359,6 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 73,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
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 (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 237,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Sód [mg] 2 262,8 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 26
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 (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) 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] 2 569 Białko ogółem [g] 143,6 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Sód [mg] 2 354 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 102 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

25.05.2025 Niedziela

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 (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml	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 (MLE) pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 299,2 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 340,8 Sód [mg] 2 265,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 200 g ogórek świeży 100 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 120,3 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Sód [mg] 2 361,1 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 43
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 200 g (MLE) 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] 1 567,2 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 204,8 Sód [mg] 2 042,7 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 35

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
 KUCHNIA SZPITALNA.

25.05.2025 Niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka w galarecie z warzywami 150 g (MLE) serek deliser 2 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 172,8 Białko ogółem [g] 112,7 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Sód [mg] 2 296,6 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (GLU, SOJ, MLE, 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 papryką konserwową, marchewką, pietruszką zieloną 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 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) ogórek kiszony 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 347,6 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 3 356,7 Sól [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
26.05.2025 Poniedziałek	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica drobiowa 50 g (SOJ) 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) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g bukiet warzyw120 g kompot truskawkowy 250 ml	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 084,7 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 2 265,1 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

26.05.2025 Poniedziałek

3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) 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) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) 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 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 232,4 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Sód [mg] 2 221,8 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) 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) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) 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 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 354,3 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Sód [mg] 2 330,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
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 drobiowa 50 g (SOJ) 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) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) 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 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 305 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sód [mg] 2 224,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

26.05.2025 Poniedziałek	5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g papryka świeża 150 g pomidor 200 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g surówka z białej kapusty z papryką konserwową, marchewką, pietruszką zieloną 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) ogórek kiszony 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chrupki kukurydżiane 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 323,7 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Sód [mg] 3 341,8 Sól [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 41,8
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 100 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 200 g bukiet warzyw200 g surówka z białej kapusty z papryką konserwową, marchewką, pietruszką zieloną 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 (SOJ, MLE) pomidor 150 g ogórek kiszony 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 630,1 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 207,3 Sód [mg] 2 784,2 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 60 g (SOJ) jajko gotowane1 szt (JAJ) sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek kremowy 2 szt	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g bukiet warzyw120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 248,6 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Sód [mg] 2 623,8 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

27.05.2025 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 250 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 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 557,5 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 2 205,3 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3 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)		ziemniaczana 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) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 410,6 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Sód [mg] 2 303,2 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 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) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) 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 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 (SOJ, MLE, S02) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 343,3 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Sód [mg] 2 367,4 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

27.05.2025 Wtorek

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) pomidor 100 g ryż na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) pasta ze schabu 80 g (SEL) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,9 Białko ogółem [g] 129,4 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 316,5 Sód [mg] 2 538,3 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wiśniowy 250 ml	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,2 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Sód [mg] 2 362,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 27
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 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) brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,7 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 284 Sód [mg] 2 237,5 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-21 do dnia 2025-05-27
KUCHNIA SZPITALNA.

27.05.2025 Wtorek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pieczeń chłopska 50 g pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) rzodkiewki 30 g ogórek konserwowy 150 g sałata 60 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) szynka gotowana 30 g (SOJ, MLE, S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 708,1 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 196,7 Sód [mg] 2 528,4 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 50,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	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 chłopska 50 g	ziemniaczana 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 (SOJ, MLE, S02) pasta ze schabu 80 g (SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) sałata 20 g	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 432 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Sód [mg] 2 314 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 32