

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
28.05.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka "dziadek"50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 20 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) kasza gryczana 150 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g papryka świeża 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 261,3 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 284 Sód [mg] 2 144,6 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka "dziadek"50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) kasza gryczana 150 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,8 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 283,5 Sód [mg] 2 148 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka "dziadek"50 g (SOJ, MLE, SEZ) miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 40 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 200 g (GLU) kasza jęczmienna 150 g (GLU) buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,5 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Sód [mg] 2 046,8 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-28 do dnia 2025-06-03

KUCHNIA SZPITALNA.

28.05.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka "dziadek" 50 g (SOJ, MLE, SEZ) miód 25g 1 szt (LUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 200 g (GLU) kasza jęczmienna 150 g (GLU) buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 297 Sód [mg] 2 218 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynka "dziadek" 50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 200 g (GLU) kasza jęczmienna 150 g (GLU) buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 250 ml	kisiel 250 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 270,8 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Sód [mg] 2 224,4 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 91,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
5 - Bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynka "dziadek" 50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 60 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) kasza gryczana 150 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kapusta kiszona gotowana 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynka drobiowa50 g pomidor 200 g ogórek świeży 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 167,2 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 265,8 Sód [mg] 2 519,3 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 37

28.05.2025 Środa	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynka "dziadek" 50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	grejpfrut 0,5 szt	schab gotowany 100 g kasza gryczana 150 g sałatka z buraczków i jabłka 200 g kapusta kiszona gotowana 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 150 g pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 650,5 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 212,7 Sód [mg] 2 301,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 57,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynka "dziadek" 50 g (SOJ, MLE, SEZ) sałata 40 g banan 1 szt kakao 200 ml (MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) kasza gryczana 150 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynka drobiowa 50 g pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 268 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Sód [mg] 2 256,9 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
29.05.2025 Czwartek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) jałowcowa 80 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) gruszka 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) miód 25g 1 szt (LUB) patisony 50 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,6 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Sód [mg] 2 298,7 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

29.05.2025 Czwartek

2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g kiwi 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 259,2 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 327 Sód [mg] 2 124,5 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g jabłko gotowane 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z mianą 300 ml (GLU, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 247,5 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 2 122,5 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g jabłko gotowane 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	schab gotowany 50 g	koperkowa z mianą 300 ml (GLU, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) serek deliser 2 szt (MLE) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,3 Białko ogółem [g] 136,3 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 328,1 Sód [mg] 2 291,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

29.05.2025 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) twaróg 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g jabłko gotowane 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z mianą 300 ml (GLU, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 308,5 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 335,1 Sód [mg] 2 169,5 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) połędwica sopocka 50 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g surówka z kapusty pekińskiej, papryki konserwowej, kukurydzy, pietruszki zielonej 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,4 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Sód [mg] 2 109,5 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,8
8-Ubogoenerygetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 120 g (MLE) połędwica sopocka 50 g papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	rolada drobiowa 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g cukinia gotowana 200 g surówka z kapusty pekińskiej, papryki konserwowej, kukurydzy, pietruszki zielonej 200 g marchewka surowa tarta 150 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g(S02) ogórek świeży150 g patisony 50 g (GOR) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) schab gotowany 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 599,3 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 211,8 Sód [mg] 2 213,2 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6

29.05.2025 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) połudwica sopocka 50 g kiwi 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	szpinakowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL) rolada drobiowa w sosie z cukinią i warzywami 300 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) schab gotowany 50 g pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 321,8 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Sód [mg] 2 206,9 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
30.05.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g plaster sera topionego 1 szt (MLE) ogórek świeży 50 g mandarynka 1 szt płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz ukraiński 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 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 (S0J, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 299,1 Białko ogółem [g] 137,2 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Sód [mg] 1 865,1 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 40 g mandarynka 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 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 (S0J, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,6 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Sód [mg] 1 870,5 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

30.05.2025 Piątek

3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g sałata 20 g jabłko gotowane 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 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 (SOJ, MLE, SO2) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,5 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Sód [mg] 1 759,8 Sól [g] 4,4 suma cukrów prostych [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
3/9-Latwo 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 sałata 20 g jabłko gotowane 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, 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 250 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 (SOJ, MLE, SO2) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 358,4 Białko ogółem [g] 138,2 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Sód [mg] 1 821,1 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
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 sałata 20 g jabłko gotowane 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	chrupki kukurydziane 20 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, SO2) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 360,6 Białko ogółem [g] 134,2 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 326,8 Sód [mg] 1 758,2 Sól [g] 4,4 suma cukrów prostych [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

30.05.2025 Piątek

5 - bogatoresztkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 20 g ogórek świeży 100 g mandarynka 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) Szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 100 g jabłko 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 346,5 Białko ogółem [g] 136,5 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sód [mg] 1 885,8 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 93,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 27
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g ogórek świeży 100 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mandarynka1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g surówka z selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) brokuły gotowane 200 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) twaróg 70 g (MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 552,5 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 50,1 Węglowodany ogółem [g] 187,2 Sód [mg] 1 479,4 Sól [g] 3,7 suma cukrów prostych [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 28
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 20 g mandarynka 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	zielonogórska 50 g (SOJ, MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 250 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 (SOJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 392,4 Białko ogółem [g] 143,5 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Sód [mg] 2 470,6 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-28 do dnia 2025-06-03
KUCHNIA SZPITALNA.

31.05.2025 Sobota	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) serek kremowy 1 szt papryka konserwowa 50 g banan 1 szt kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, 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) pasta twarogowo-pomidorowa ze szczypiorkiem 120 g (MLE, SEL, S02) szynka biała 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 354,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Sód [mg] 3040,3 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 32
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek kremowy 1 szt sałata 20 g banan 1 szt kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, 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) pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) szynka biała 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 223 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Sód [mg] 2 745,8 Sól [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g banan 1 szt kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) 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) twaróg 50 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka biała 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 189,9 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 51,8 Węglowodany ogółem [g] 346,2 Sód [mg] 2 257,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1

31.05.2025 Sobota

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g banan 1 szt kaszką kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 1 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) 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) twaróg 50 g (MLE) szynka biała 50 g pasta drobiowa z jarzynami 100 g (SEL) dżem 25g 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 317,8 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 351 Sód [mg] 2 416,8 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
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 z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g banan 1 szt kaszką kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	galaretka owocowa z brzośkwiniami 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 50 g (MLE) szynka biała 50 g dżem 25g 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 260,1 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 362,4 Sód [mg] 2 259,6 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek kremowy 1 szt papryka konserwowa 100 g sałata 20 g kaszką kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 160 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) pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 100 g (MLE, SEL, S02) szynka biała 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 230,3 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 74, Węglowodany ogółem [g] 299,1 Sód [mg] 2 921,5 Sól [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,6

31.05.2025 Sobota	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) jajko gotowane1 szt (JAJ) sałata 40 g papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	zrazik gotowany 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 200 g brokuły gotowane 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pasta twarogowo-pomidorowa ze szczypiorkiem 120 g (MLE, SEL, S02) ogórek świeży 150 g jabłko 170g 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) szynka biała 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 631,4 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 204,5 Sód [mg] 2 313,7 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek kremowy1 szt sałata 20 g banan 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	ogórkowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) klops duszony w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 200 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) szynka biała 50 g pasta twarogowo-pomidorowa z koperkiem 100 g (MLE, SEL, S02) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,7 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 289,6 Sód [mg] 2 684,1 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) ser krojony 30 g (MLE) jabłko 1 szt ogórek konserwowy 50 g ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z mianą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta kanapkowa jajeczna 1 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEZ) szczypior 20 g szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 514,4 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 330 Sód [mg] 2 756,9 Sól [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

01.06.2025 Niedziela

2-łatwo strawna	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 50 g jabłko 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z mianą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,1 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 337,3 Sód [mg] 2 254,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
3-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb pszenny 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g jabłko gotowane1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 345,8 Sód [mg] 2 161,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
3/9-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb pszenny 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g jabłko gotowane1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) miód 25g 1 szt (ŁUB) twaróg 100 g (MLE) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 462,6 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 352 Sód [mg] 2 242,8 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 87,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

01.06.2025 Niedziela

4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb pszenny 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml	jabłko gotowane1 szt	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) miód 25g 1 szt (LUB) sałata 40 g Kawa z mlekiem250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,1 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 345,8 Sód [mg] 2 161,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) pomidor 150 g dżem 25g 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z mianą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g brokuły gotowane 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 40 g Kawa z mlekiem250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 040,3 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Sód [mg] 2 166,9 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) ogórek konserwowy 150 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	schab gotowany 100 g ziemniaki 150 g sałatka z buraczków i jabłka 200 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkówka 50 g (MLE, GOR) papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chrupki kukurydżiane 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 547 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 49,5 Węglowodany ogółem [g] 210,1 Sód [mg] 2 558,9 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-28 do dnia 2025-06-03
KUCHNIA SZPITALNA.

01.06.2025 Niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówki parzone 90 g (SEZ) twaróg 100 g (MLE) pomidor 100 g jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02)	kalafiorowa z mianą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomorskim 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałatka z buraczków i jabłka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	babka piaskowa 60 g (GLU, JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 449,4 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 303,9 Sód [mg] 2 830,6 Sól [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) żywiecka 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) serek wypasiony 1 szt (MLE) rzodkiewki 20 g gruszka 1 szt kasza jęczmienna na mleku 200 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)		kapuśniak z kiszonej kapusty 300 ml (GLU, SEL) zrazik mięsny opiekany 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g mieszanka warzywna 120 g kompot wiśniowy 200 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 40 g szynkowa 40 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 427,8 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 296 Sód [mg] 2 126,2 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) zielenogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 20 g jabłko 1 szt kasza jęczmienna na mleku 200 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g mieszanka warzywna 120 g kompot wiśniowy 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 pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,6 Białko ogółem [g] 129,6 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Sód [mg] 2 073 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6

02.06.2025 Poniedziałek

3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony1 szt (MLE) sałata 20 g jabłko gotowane1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa jarzynowa łatwo strawna z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) pulpety gotowane (2szt) w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 316,7 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Sód [mg] 2 153 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 20 g jabłko gotowane 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	zupa jarzynowa łatwo strawna z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) pulpety gotowane (2szt) w sosie koperkowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 250 g buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) schab gotowany 50 g pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 332,3 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Sód [mg] 2 278,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
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) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 20 g jabłko gotowane 1 szt kasza jęczmienna na mleku 200 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)		zupa jarzynowa łatwo strawna z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) pulpety gotowane (2szt) w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane kostka 160 g kompot wiśniowy 200 ml	manna na gęsto 180 ml (GLU, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 40 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 454,9 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 363,5 Sód [mg] 2 095,9 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2

02.06.2025 Poniedziałek

5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g ogórek świeży150 g jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kasza jęczmienna na mleku 200 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g mieszanka warzywna 120 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 40 g (SOJ, MLE) schab gotowany 50 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 303,9 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sód [mg] 2 109,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,3
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) ogórek świeży150 g papryka konserwowa 150 g rzodkiewki 30 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	zrazik gotowany 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g mieszanka warzywna 120 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 200 ml		chleb graham 60 g (GLU) schab gotowany 50 g sałata 60 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) masło 10g 1 szt (MLE)	chleb graham 20 g (GLU) szynkowa 30 g (SOJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 537,9 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 187,1 Sód [mg] 2 100,6 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) zielonogórska 40 g (SOJ, MLE) serek kremowy1 szt sałata 40 g jabłko 1 szt kasza jęczmienna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g mieszanka warzywna 120 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 40 g (SOJ, MLE) schab gotowany 50 g pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 451 Białko ogółem [g] 132,8 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 319,6 Sód [mg] 2 182,6 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 28,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-28 do dnia 2025-06-03
KUCHNIA SZPITALNA.

03.06.2025 Wtorek	1-Podstawowa	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g pomarańcza 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa węgierska 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) naleśniki z twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) kompot wiśniowy 200 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) ser krojony 30 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek świeży 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 477 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Sód [mg] 2 607,9 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 79,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	2-Latwo strawna	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomarańcza 1 szt pomidor 50 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g surówka z marchwi, selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek kremowy 2 szt szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 173,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Sód [mg] 2 632,4 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38, Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (MLE) jabłko gotowane 1 szt pomidor 50 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g warzywa gotowane 160 g (SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,2 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Sód [mg] 2 378,1 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6

03.06.2025 Wtorek

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (<i>GLU</i>) chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) białko jajka kurzego gotowane 30 g (<i>JAJ</i>) jabłko gotowane 1 szt pomidor 50 g manna na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) udko gotowane w sosie potrawkowym 270 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g warzywa gotowane 160 g (<i>SEL</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) serek wypasiony 1 szt (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) schab gotowany 50 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 394,4 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 2 476,6 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	bułka wrocławska 1 szt (<i>GLU</i>) chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) jabłko gotowane 1 szt pomidor 50 g manna na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) udko gotowane w sosie potrawkowym 270 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g warzywa gotowane 160 g (<i>SEL</i>) kompot wiśniowy 250 ml	sok owocowy 0,2 1 szt	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) serek wypasiony 1 szt (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 334,2 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 326,7 Sód [mg] 2 382,1 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
5 - bogatoresztkowa	bułka grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 50 g serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) pomarańcza 1 szt pomidor 100 g papryka świeża 100 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		rosół z makaronem 300 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g surówka z marchwi, selera i jabłka 160 g (<i>MLE, SEL</i>) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) serek wypasiony 1 szt (<i>MLE</i>) szynkówka 50 g (<i>MLE, GOR</i>) sałata 40 g ogórek świeży 100 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 073,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 268 Sód [mg] 2 359,1 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-28 do dnia 2025-06-03
KUCHNIA SZPITALNA.

03.06.2025 Wtorek	8-Ubogoenergetyczna	bułka grahamka 1 szt (GLU) chleb graham 30 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 g sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	grejpfrut 0,5 szt	udko gotowane 200 g ziemniaki 150 g surówka z marchwi, selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) fasolka szparagowa gotowana 200 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek świeży200 g papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 625,6 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 192,3 Sód [mg] 2 413,7 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	9-Bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka drobiowa50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomarańcza 1 szt pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jajko gotowane 1 szt (JAJ)	rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g surówka z marchwi, selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) schab gotowany 50 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 143,5 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 78, Węglowodany ogółem [g] 259 Sód [mg] 2 382,9 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1