

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
11.06.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) połędwica łososiowa 50 g pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) bigos z młodej kapusty 300 g (SEL, S02) ziemniaki 300 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,5 Białko ogółem [g] 124,8 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 312,2 Sód [mg] 3 057,7 Sól [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 96,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) 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 śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 244,7 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Sód [mg] 2 142,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) 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 śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 50 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 484 Białko ogółem [g] 145,6 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Sód [mg] 2 238,7 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

11.06.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) 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 śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 50 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 545 Białko ogółem [g] 149,3 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Sód [mg] 2 285,7 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 97,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
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) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wiśniowy 250 ml	galaretką owocowa 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 30 g sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 377,2 Białko ogółem [g] 130 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 326,6 Sód [mg] 2 146,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 101,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
5 - Bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy duşzony 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g surówka z młodej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) sałata 40 g ogórek świeży 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 168,6 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Sód [mg] 2 160,8 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

11.06.2025 Środa	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	bitka ze schabu 100 g ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g surówka z młodej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot wiśniowy 200 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 40 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 100 g sałata 40 g marchewka surowa tarta 250 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 687,2 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 206 Sód [mg] 2 202 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,2
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 50 g (MLE)	brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy duszony 200 g (GLU, MLE) 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 śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 50 g serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 380,5 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Sód [mg] 2 201,7 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 93,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
12.06.2025 Czwartek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg ze szczypiorkiem 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) medalion drobiowy mielony smażony 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałatka wiosenna z jogurtem 160 g (MLE) 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) ogórek małosolny 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 273 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Sód [mg] 2 627,6 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-18
KUCHNIA SZPITALNA.

12.06.2025 Czwartek

2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops drobiowy w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) miód 25g 1 szt (ŁUB) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 230,1 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Sód [mg] 2 307,8 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 26
3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL) pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 081,6 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Sód [mg] 2 351,5 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Błonnik pokarmowy [g] 21
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	pasta mięsno-jarzynowa 100 g (SEL)	marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL) pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g udko gotowane 200 g pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 403,7 Białko ogółem [g] 143,6 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sód [mg] 2 499,5 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17

KUCHNIA SZPITALNA.

12.06.2025 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) szynkówka 50 g (MLE, GOR) jabłko gotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszką manną 300 ml (GLU, SEL) pulpety drobiowe (2szt) w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	mus owocowy 1 szt	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 024,6 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 49 Węglowodany ogółem [g] 312 Sód [mg] 2 289,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek świeży 100 g jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops drobiowy w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g sałatka wiosenna z jogurtem 100 g (MLE) cukinia gotowana 200 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 papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 106 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Sód [mg] 2 528,6 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
8-Ubogoenerygetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg ze szczypiorkiem 100 g (MLE) szynkówka 30 g (MLE, GOR) pomidor 150 g ogórek świeży200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	pulpety drobiowe gotowane (2szt) 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g cukinia gotowana 160 g sałatka wiosenna z jogurtem 160 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) udko pieczone 200 g (SOJ, S02) serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 634,1 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 187,8 Sód [mg] 1 850,7 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
 KUCHNIA SZPITALNA.

12.06.2025 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynkówka 50 g (MLE, GOR)	jarzynowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops drobiowy w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 30 g (S02) udko pieczone 180 g (SOJ, S02) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 193 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 270,1 Sód [mg] 2 216,2 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
13.06.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 40 g ser krojony 30 g (MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE)		grochowa z ziemniakami 300 ml (SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) sałatka śledziowa 200 g (JAJ, RYB) szynka gotowana 40 g (SOJ, MLE, S02) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 557 Białko ogółem [g] 137,8 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Sód [mg] 4 763,9 Sól [g] 11,9 suma cukrów prostych [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 197,9 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 283 Sód [mg] 1 794,4 Sól [g] 4,4 suma cukrów prostych [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2

13.06.2025 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 serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,3 Białko ogółem [g] 129,6 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Sód [mg] 1 833,3 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
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 serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) pasta mięsno - jarzynowa 70 g (SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,8 Białko ogółem [g] 146,3 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Sód [mg] 1 937,6 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
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 serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml	biskopky 60 g (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 460,7 Białko ogółem [g] 134,7 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Sód [mg] 1 866,9 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,7

13.06.2025 Piątek

5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) brokuły gotowane świeże 160 g jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g ogórek świeży 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 089,9 Białko ogółem [g] 125,7 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 273,2 Sód [mg] 1 684,3 Sól [g] 4,3 suma cukrów prostych [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 200 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	zrazik gotowany z fileta z indyka z warzywami 100 g (SEL) ziemniaki 150 g brokuły gotowane świeże 160 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) marchewka surowa tarta 250 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) ogórek konserwowy 150 g papryka konserwowa 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 528 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 200 Sód [mg] 2 556,4 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	botwinka z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) pasta mięsno - jarzynowa 70 g (SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 187,9 Białko ogółem [g] 134,3 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 266,4 Sód [mg] 1 822,3 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,2

14.06.2025 Sobota

1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek kremowy 1 szt szynka biała 50 g papryka świeża 50 g pomarańcza 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasztet zapiekany 50 g (SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 292,8 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Sód [mg] 2 601,6 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek kremowy 1 szt szynka biała 50 g pomidor 50 g pomarańcza 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,6 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 294,2 Sód [mg] 2 734,4 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) dżem 25g 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 117 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Sód [mg] 2 207,7 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

14.06.2025 Sobota

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) twaróg 100 g (MLE) dżem 25g 1 szt sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	schab gotowany 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 115,4 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sód [mg] 2 277,9 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynka biała 50 g pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) dżem 25g 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 256,5 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 334,1 Sód [mg] 2 302,7 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g twaróg 70 g (MLE) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE)		ogórkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 200 g (GLU) surówka z kapusty pekińskiej, papryki konserwowej, kuku-rydzy, pietruszki zielonej 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) polędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 220,1 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Sód [mg] 2 801,6 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

14.06.2025 Sobota	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) papryka świeża 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 200 g surówka z kapusty pekińskiej, papryki konserwowej, kukurydzy, pie-truszeki zielonej 250 g kalafior gotowany 200 g kompot truskawko-wy 250 ml		chleb graham 50 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) pasta twarogo-wo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) jajko gotowane 1 szt (JAJ) sałata 60 g ogórek świeży 150 g jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 544,2 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 190,5 Sód [mg] 1 995,2 Sól [g] 4,9 suma cukrów prostych [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g pomarańcza 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka biała 50 g	ogórkowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 180 g (GLU) kompot truskawko-wy 250 ml		chleb bydgoski 30 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica z indyka 50 g (SOJ, SEL) pasta twarogo-wo-pomidorowa z koperkiem 120 g (MLE, SEL, S02) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb bydgoski 20 g (GLU) serek kremowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,2 Białko ogółem [g] 139,4 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Sód [mg] 2 653,4 Sól [g] 6,6 suma cukrów prostych [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
15.06.2025 Niedziela	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) dżem 25g 1 szt ogórek małosolny 50 g jabłko 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawko-wy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,2 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 300,5 Sód [mg] 2 494,7 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Błonnik pokarmowy [g] 29

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

15.06.2025 Niedziela

2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) dżem 25g 1 szt sałata 20 g jabłko 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 317,8 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 300,2 Sód [mg] 2 144,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 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) dżem 25g 1 szt jabłko gotowane 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 155,5 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Sód [mg] 2 096,3 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) dżem 25g 1 szt jabłko gotowane 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 2 szt (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 317,8 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Sód [mg] 2 272 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 85,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

15.06.2025 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) szynkówka 50 g (MLE, GOR) dżem 25g 1 szt jabłko gotowane 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		koperkowa z ryżem 300 ml (SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml	galaretka owocowa 200 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g miód 25g 1 szt (LUB) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 264,4 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 331,5 Sód [mg] 2 158,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 100 g (SEZ) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g ogórek małosolny 150 g jabłko 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 200 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,1 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 307,6 Sód [mg] 3 311 Sól [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 43,7
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek małosolny 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	schab gotowany 100 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) fasolka szparagowa gotowana 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 70 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 200 g grostek konserwowy 50 g kukurydza kon. 30 g	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 521,5 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 44,9 Węglowodany ogółem [g] 207 Sód [mg] 3 059,3 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 54,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

15.06.2025 Niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówkowa 110 g (SEZ) sałata 20 g jabłko 1 szt manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 100 g (MLE)	kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie pomidorowym 200 g (GLU, MLE, SEL, S02) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 55 g kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	deser z musem owocowym 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 417,8 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Sód [mg] 2 249,5 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt miód 25g 1 szt (LUB) papryka świeża 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) klops smażony 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g surówka z młodej kapusty, ogórka świeżego, koperku zielonego 160 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 120 g (MLE) zielenogórska 50 g (SOJ, MLE) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 534,4 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 337,1 Sód [mg] 2 070,6 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
16.06.2025 Poniedziałek	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (LUB) serek kremowy 1 szt sałata 20 g kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny dużony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielenogórska 50 g (SOJ, MLE) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 425,4 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Sód [mg] 2 157,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

16.06.2025 Poniedziałek

3-Łatwo strawna z ogranicze- niem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) jabłko gotowane1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 295,7 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 330 Sód [mg] 2 104,2 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 60,8 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,5 Błonnik pokar- mowy [g] 26,6
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homoge- nizowany owo- cowy 1 szt (MLE)	rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) jabłko gotowane1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 607,2 Białko ogółem [g] 143,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 364,8 Sód [mg] 2 205,2 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 92,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 35,8 Błonnik pokar- mowy [g] 27,1
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) zrazik gotowany w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) jabłko gotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość ener- getyczna[kcal] 2 320,3 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 333 Sód [mg] 2 131,3 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Kwasy tłuszczo- we nasycone ogó- łem [g] 31,9 Błonnik pokar- mowy [g] 26,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

16.06.2025 Poniedziałek	5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt sałata 40 g papryka świeża 80 g kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g surówka z młodej kapusty, ogórka świeżego, koperku zielonego 160 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 80 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	truskawki świeże 200 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 239,3 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 307 Sód [mg] 2 101 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 77,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,7
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 80 g ogórek świeży150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	zrazik gotowany 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 150 g buraczki gotowane 160 g surówka z młodej kapusty, ogórka świeżego, koperku zielonego 160 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 200 g	schab gotowany 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 519,8 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 177,9 Sód [mg] 1 762,7 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt sałata 60 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) zrazik mięsny duszony 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 457,9 Białko ogółem [g] 134 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 325,5 Sód [mg] 2 131,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

17.06.2025 Wtorek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) salami 30 g (SEL, GOR) szynka gotowana 30 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z musem jabłkowym 300 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) patisony 50 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 211 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Sód [mg] 2 384,2 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z musem jabłkowym 300 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 106 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 298,1 Sód [mg] 2 232,3 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami 300 g (MLE) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 100,5 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 65,9 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Sód [mg] 2 101,7 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,4

17.06.2025 Wtorek

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka gotowana 50 g (<i>SOJ, MLE, S02</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	twaróg 100 g (<i>MLE</i>)	ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ryż z jabłkami 300 g (<i>MLE</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>) polędwica drobiowa 50 g (<i>SOJ</i>) pasta rybna z warzywami 80 g (<i>RYB, SEL</i>) serek wypasiony 1 szt (<i>MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 354 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sód [mg] 2 183,4 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb pszenny 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka gotowana 50 g (<i>SOJ, MLE, S02</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	herbatniki 2 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) ryż z jabłkami 300 g (<i>MLE</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>) polędwica drobiowa 50 g (<i>SOJ</i>) pasta rybna z warzywami 80 g (<i>RYB, SEL</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 240 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Sód [mg] 2 196,7 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) szynka gotowana 60 g (<i>SOJ, MLE, S02</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) pomidor 150 g sałata 40 g płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		ziemniaczana 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) udko duszone w sosie własnym 270 g (<i>GLU, SOJ, MLE, S02</i>) ziemniaki 300 g surówka z selera i jabłka 160 g (<i>MLE, SEL</i>) brokuły gotowane 200 g kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) polędwica drobiowa 50 g (<i>SOJ</i>) serek kremowy 1 szt ogórek świeży 150 g papryka świeża 100 g marchewka surowa tarta 150 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,6 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 304,9 Sód [mg] 2 659,5 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-11 do dnia 2025-06-17
KUCHNIA SZPITALNA.

17.06.2025 Wtorek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (S0J, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	marchewka surowa tarta 130 g	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 250 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wiśniowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) sałata 40 g	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 622,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 193,7 Sód [mg] 2 097,2 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 38,8
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 60 g (S0J, MLE, S02) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 50 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z musem jabłkowym 300 g (MLE, S02) kompot wiśniowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) pasta rybna z warzywami 150 g (RYB, SEL) serek topiony-plaster 1 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 451,5 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 303 Sód [mg] 2 505,7 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 81,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,1