

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
09.07.2025 Środa	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 2 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) poledwica 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) leczo z cukinii 300 g (GLU, SEL, S02) ziemniaki 300 g kompot wieloowocowy 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] 2 444,4 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Sód [mg] 3 006,9 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 2 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 z warzywami 300 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wieloowocowy 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] 2 279,4 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Sód [mg] 2 099,6 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 2 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 50 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 378,9 Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Sód [mg] 2 129,6 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

09.07.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 2 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 200 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 wieloowocowy 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) białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 661 Białko ogółem [g] 152,5 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Sód [mg] 2 327,3 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 92,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 2 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 50 g banan 1 szt Kawa z mlekiem 20 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy gotowany 300 g (GLU) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml	galaretka z owocami 150 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) schab gotowany 30 g sałata 20 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 280,8 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Sód [mg] 2 022,7 Sól [g] 5,1 suma cukrów prostych [g] 88,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
5 - Bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 2 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy z warzywami -d 300 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchewka surowa tarta 100 g kompot wieloowocowy 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] 2 161,7 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Sód [mg] 2 168,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

09.07.2025 Środa	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g sałata 40 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jabłko 1 szt	bitka ze schabu 100 g ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g ogórek kiszony 100 g kompot wieloowocowy 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 250 g Kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 593,1 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 194,5 Sód [mg] 2 864,4 Sól [g] 7,2 suma cukrów prostych [g] 52,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 2 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g banan 1 szt Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	twaróg 50 g (MLE)	brokułowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) gulasz wołowy z warzywami -d 300 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g kompot wieloowocowy 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 schab gotowany 50 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 227,8 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 272,6 Sód [mg] 2 058,9 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	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) klops drobiowy w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki 300 g sałatka wiosenna z jogurtem 160 g (MLE) kompot truskawkowy 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] 2 207,8 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 314,5 Sód [mg] 2 652,1 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

10.07.2025 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 truskawkowy 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] 2 223,7 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 314 Sód [mg] 2 306,9 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
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 truskawkowy 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) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 100,6 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 311 Sód [mg] 2 373,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
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 truskawkowy 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) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 422,7 Białko ogółem [g] 145,2 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 315,1 Sód [mg] 2 521,8 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

10.07.2025 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 truskawkowy 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) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2043,6 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Sód [mg] 2 311,6 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 120 g (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) ogórek małosolny 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 truskawkowy 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] 2 098,9 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Sód [mg] 3 220,8 Sól [g] 8 suma cukrów prostych [g] 48 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
8-Ubogoenergetyczna	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 małosolny 200 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] 1 632,7 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 186,4 Sód [mg] 3 236,8 Sól [g] 8,1 suma cukrów prostych [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
 KUCHNIA SZPITALNA.

10.07.2025 Czwartek	9-Bogatobialkowa	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 truskawkowy 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] 2 186,7 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 268,8 Sód [mg] 2 215,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
11.07.2025 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)		fasolowa z boczkiem i ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek fromage 1 szt (MLE) szynka gotowana 40 g (SOJ, MLE, S02) patisony 50 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 522,8 Białko ogółem [g] 138,4 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 2 194,4 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 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] 2 185,6 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 280,6 Sód [mg] 1 783,2 Sól [g] 4,4 suma cukrów prostych [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

11.07.2025 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)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 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] 2 245 Białko ogółem [g] 128,8 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Sód [mg] 1 822,1 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,7
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)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 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] 2 374,5 Białko ogółem [g] 145,5 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 297 Sód [mg] 1 926,4 Sól [g] 4,8 suma cukrów prostych [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
4-Latwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) pomidor 100 g kaszka kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml	biskupki 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] 2 448,4 Białko ogółem [g] 133,9 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Sód [mg] 1 855,7 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 18,2

11.07.2025 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)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) brokuły gotowane 250 g jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 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] 2 112,2 Białko ogółem [g] 127,9 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Sód [mg] 1 679,6 Sól [g] 4,2 suma cukrów prostych [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
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)	arbuz 1 szt	zrazik gotowany z fileta z indyka z warzywami 100 g (SEL) ziemniaki 150 g brokuły gotowane 250 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) marchewka surowa tarta 250 g kompot wieloowocowy 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 patisony 100 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 503,5 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 37,9 Węglowodany ogółem [g] 195,1 Sód [mg] 2 214,4 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab w majeranku 50 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE) jogurt owocowy 1 szt (MLE) kompot wieloowocowy 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] 2 175,6 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 264 Sód [mg] 1 811,1 Sól [g] 4,5 suma cukrów prostych [g] 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 20,7

12.07.2025 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] 2 330,1 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 308 Sód [mg] 2 604 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
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] 2 179,9 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Sód [mg] 2 736,8 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
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] 2 097,9 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 306,1 Sód [mg] 2 207,3 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7

12.07.2025 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] 2 096,3 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Sód [mg] 2 277,5 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
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) 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] 2 237,4 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Sód [mg] 2 302,3 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
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] 2 220,2 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 295 Sód [mg] 2 801,6 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

12.07.2025 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-truszek 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 ener-getyczna[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 tłuszczo-we nasycone ogó-łem [g] 20,9 Błonnik pokar-mowy [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 ziem-niakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew goto-wana 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 ener-getyczna[kcal] 2 362,6 Białko ogółem [g] 140,1 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 313,7 Sód [mg] 2 655,9 Sól [g] 6,7 suma cukrów prostych [g] 86,2 Kwasy tłuszczo-we nasycone ogó-łem [g] 33,5 Błonnik pokar-mowy [g] 32,6
13.07.2025 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 ziem-niakami 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)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość ener-getyczna[kcal] 2 170 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 285,9 Sód [mg] 2 505,5 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 63,1 Kwasy tłuszczo-we nasycone ogó-łem [g] 36,2 Błonnik pokar-mowy [g] 29,1

13.07.2025 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)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 167,6 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 285,6 Sód [mg] 2 154,9 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
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 2 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)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 026,8 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Sód [mg] 2 107,1 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
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 (MLE) 100 g	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) serek deliser 2 szt (MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,1 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 307 Sód [mg] 2 282,6 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,6

13.07.2025 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)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 096,7 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Sód [mg] 2 168,8 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
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] 3 311,1 Sól [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
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 grozek konserwowy 50 g kukurydza kon. 30 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 547,1 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 209,5 Sód [mg] 3 082,5 Sól [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Błonnik pokarmowy [g] 36,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

13.07.2025 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)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 267,5 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 279,8 Sód [mg] 2 260,2 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	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) pieczarka marynowana 50 g (GOR) kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) klops smażony 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g mizeria z jogurtem 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] 2 491,5 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Sód [mg] 2 088,5 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
14.07.2025 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 ryżem 300 ml (GLU, 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] 2 420,3 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 339 Sód [mg] 2 158,3 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

14.07.2025 Poniedziałek

3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab z kotła 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 60 g kaszką 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 gotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 295,8 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 330 Sód [mg] 2 104,2 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [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 kaszką kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	rosolnik jarzynowy z ziemniakami 300 ml (SEL) 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 gotowane 1 szt jogurt owocowy 1 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 607,3 Białko ogółem [g] 143,8 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 tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Błonnik pokarmowy [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 kaszką 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 energetyczna[kcal] 2 320,4 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 333 Sód [mg] 2 131,3 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

14.07.2025 Poniedziałek

5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt sałata 40 g pieczarka marynowana 80 g (<i>GOR</i>) kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<i>MLE</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		pomidorowa z ryżem 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL, S02</i>) zrazik mięsny duszony 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g mizeria z jogurtem 160 g (<i>MLE</i>) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg 80 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 50 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 291 Białko ogółem [g] 119,6 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sód [mg] 2 193 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 34
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) schab z kotła 50 g serek deliser 2 szt (<i>MLE</i>) pieczarka marynowana 80 g (<i>GOR</i>) ogórek świeży150 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt naturalny 1 szt (<i>MLE</i>)	zrazik gotowany 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 150 g buraczki gotowane 160 g mizeria z jogurtem 160 g (<i>MLE</i>) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 120 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 60 g (<i>SOJ, MLE</i>) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	schab gotowany 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 541,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 49,2 Węglowodany ogółem [g] 171,1 Sód [mg] 1976,4 Sól [g] 5 suma cukrów prostych [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) schab z kotła 50 g serek kremowy 1 szt sałata 60 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)	pomidorowa z ryżem 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL, S02</i>) zrazik mięsny duszony 200 g (<i>GLU, JAJ</i>) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) twaróg z koperkiem 120 g (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 452,8 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Sód [mg] 2 132,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 85,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

15.07.2025 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 wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica 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] 2 176,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 287,6 Sód [mg] 2 382,8 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4
	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 wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica 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] 2 067,6 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Sód [mg] 2 230,9 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	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)		zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami 300 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica 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] 2 111 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 289,3 Sód [mg] 2 137,2 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

15.07.2025 Wtorek

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (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)	twaróg 100 g (MLE)	zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami 300 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica drobiowa 50 g (SOJ) pasta rybna z warzywami 80 g (RYB, SEL) serek wypasiony 1 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 364,5 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 295,5 Sód [mg] 2 218,9 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,7
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (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)	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) ryż z jabłkami 300 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica 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] 2 250,5 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 313,9 Sód [mg] 2 232,2 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 60 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 150 g sałata 40 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa mięsna 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SOJ, MLE, S02) ziemniaki 300 g surówka z selera i jabłka 160 g (MLE, SEL) brokuły gotowane 200 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) polędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek kremowy1 szt ogórek świeży150 g papryka świeża 100 g marchewka surowa 150 g tarta 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 264,1 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 285,5 Sód [mg] 2 694,9 Sól [g] 6,8 suma cukrów prostych [g] 59,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-09 do dnia 2025-07-15
KUCHNIA SZPITALNA.

15.07.2025 Wtorek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	marchewka surowa tarta 130 g	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 250 g surówka z selera i jabłka 200 g (MLE, SEL) kompot wieloowocowy 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 kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 628,7 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 191,8 Sód [mg] 2 119,3 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka gotowana 60 g (SÓJ, 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 wieloowocowy 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] 2 413,1 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Sód [mg] 2 504,2 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3