

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
16.07.2025 Środa	1-Podstawowa	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE)		żurek z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL, S02) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 150 g (MLE) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 436,2 Białko ogółem [g] 121,6 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 2 233,6 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	2-Latwo strawna	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g banan 1 szt kakao 250 ml (MLE)		brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) 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) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 226,9 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Sód [mg] 2 101,8 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) 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) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,9 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Sód [mg] 2 106,6 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

16.07.2025 Środa

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ)	brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) 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) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) udko gotowane 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,9 Białko ogółem [g] 142,1 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Sód [mg] 2 263,9 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	bułka wrocławska 1 szt (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g banan 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	budyń 200 ml (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z koperkiem 120 g (MLE) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 338,1 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Sód [mg] 2 189,3 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 92,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
5 - Bogatoresztkowa	bułka grahamka 1 szt (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (SEL) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		brokułowa z kaszą 300 ml (GLU, MLE, SEL) schab duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (GLU) surówka z pora, marchewki i jabłka 160 g (MLE) kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg z rzodkiewką 120 g (MLE) dębicka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) ogórek świeży 150 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastka wielozbożowe 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 145,6 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 294,8 Sód [mg] 2 143,1 Sól [g] 5,4 suma cukrów prostych [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
 KUCHNIA SZPITALNA.

16.07.2025 Środa	8-Ubogoenergetyczna	bułka grahamka 1 szt (<i>GLU</i>) chleb graham 30 g (<i>GLU</i>) masło 10g 1 szt (<i>MLE</i>) pasta drobiowa z jarzynami 100 g (<i>SEL</i>) szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) sałata 40 g ogórek kiszony 150 g kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	grejpfrut 0,5 szt	schab gotowany 100 g ziemniaki 200 g marchew świeża gotowana 120 g (<i>GLU</i>) surówka z pora, marchewki i jabłka 200 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 150 g (<i>MLE</i>) debicka 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt (<i>SEL</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 555,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 197,5 Sód [mg] 3 408,1 Sól [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 57,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	9-Bogatobiałkowa	bułka wrocławska 1 szt (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) pasta drobiowa z jarzynami 80 g (<i>SEL</i>) serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) sałata 40 g banan 1 szt kakao 250 ml (<i>MLE</i>)	szynkowa 50 g (<i>SOJ, MLE</i>)	brokułowa z kaszą 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) schab duszony w sosie własnym 200 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g marchew świeża gotowana 120 g (<i>GLU</i>) 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>) debicka 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	ciastka wielozbożowe 1 szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 249,7 Białko ogółem [g] 117,2 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 304 Sód [mg] 2 168,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	17.07.2025 Czwartek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) frankfurterka 45 g musztarda 10 g (<i>GOR</i>) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (<i>MLE</i>) gruszka 1 szt pomidor 50 g makaron na mleku 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Kawa z mlekiem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (<i>GLU, MLE</i>) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (<i>GLU</i>) chleb graham 50 g (<i>GLU</i>) masło 15g 1 szt (<i>MLE</i>) serek wypasiony 1 szt (<i>MLE</i>) zielonogórska 50 g (<i>SOJ, MLE</i>) sałata 20 g Kawa z mlekiem250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	jogurt owocowy 1 szt (<i>MLE</i>)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

17.07.2025 Czwartek	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) szynka biała 50 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 50 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 181,4 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Sód [mg] 2 628,4 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 100 g jabłko gotowane 1 szt makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 009 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Sód [mg] 1 868,7 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) jabłko gotowane 1 szt pomidor 50 g makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany nat 1 szt (MLE)	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany 100 g ziemniaki 250 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml sos pietruszkowy 50 g (GLU, MLE)		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (ŁUB) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,7 Białko ogółem [g] 123,8 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Sód [mg] 2 465,1 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22

KUCHNIA SZPITALNA.

17.07.2025 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) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 100 g makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g cukinia gotowana 150 g kompot truskawkowy 250 ml	sok owocowy 0,2 1 szt	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g miód 25g 1 szt (LUB) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 029 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Sód [mg] 1 870,2 Sól [g] 4,6 suma cukrów prostych [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) szynka biała 30 g serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 200 g cukinia gotowana 200 g marchewka surowa 200 g tarta 100 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek wypasiony 1 szt (MLE) zielonogórska 30 g (SOJ, MLE) sałata 40 g ogórek świeży 150 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 247,4 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Sód [mg] 2 361,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,6
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka biała 50 g serek deliser 2 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) papryka konserwowa 150 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	gruszka 1 szt	indyk gotowany 120 g ziemniaki 200 g fasolka szparagowa gotowana 200 g sałatka szwedzka 160 g cukinia gotowana 200 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) sałata 60 g ogórek świeży 200 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 637 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 49,3 Węglowodany ogółem [g] 209,2 Sód [mg] 3 049,1 Sól [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
 KUCHNIA SZPITALNA.

17.07.2025 Czwartek	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 80 g (SEZ) serek deliser 2 szt (MLE) pomidor 50 g jabłko 1 szt makaron na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka biała 50 g	barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) indyk gotowany w sosie pietruszkowym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g fasolka szparagowa gotowana 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) schab gotowany 50 g serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 20 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 333,5 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Sód [mg] 2 510,1 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
18.07.2025 Piątek	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) papryka świeża 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) klops rybny smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 300 g surówka z kiszonej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 334,2 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Sód [mg] 2 591,2 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kaszka kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,1 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 323 Sód [mg] 2 205,8 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6

18.07.2025 Piątek

3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszkakukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłkogotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciastodrożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 390,8 Białkoogółem [g] 113,9 Tłuszcz[g] 68,1 Węglowodanyogółem [g] 342,6 Sód [mg] 2 322,7 Sól [g] 5,7 sumacukrów prostych [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasyconeogółem [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
3/9-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszkakukurydziana na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłkogotowane 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02)	ciastodrożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 508,4 Białkoogółem [g] 126,8 Tłuszcz[g] 71,6 Węglowodanyogółem [g] 351,2 Sód [mg] 2 697,1 Sól [g] 6,6 sumacukrów prostych [g] 93,5 Kwasy tłuszczowe nasyconeogółem [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
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) jajkogotowane 1 szt (JAJ) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g dżem 25g 1 szt kaszkakukurydziana na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) jabłkogotowane 1 szt kawa z mlekiem 200 ml (GLU, MLE)	ciastodrożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 262 Białkoogółem [g] 103,3 Tłuszcz[g] 60 Węglowodanyogółem [g] 339 Sód [mg] 2 257,4 Sól [g] 5,6 sumacukrów prostych [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasyconeogółem [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

18.07.2025 Piątek

5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) surówka z kiszonej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) ogórek świeży 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 034,8 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 289,4 Sód [mg] 2 562 Sól [g] 6,4 suma cukrów prostych [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) jajko gotowane 1 szt (JAJ) papryka świeża 150 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zraz rybny gotowany 120 g (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki 200 g surówka z kiszonej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 200 g brokuły gotowane 200 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) pasta mięsno-jarzynowa 100 g (SEL) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	sok pomidorowy 0,3l 1 szt (SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 1 570,4 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 200,8 Sód [mg] 2 944 Sól [g] 7,3 suma cukrów prostych [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 34
9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) szynka śniadaniowa 60 g (SOJ, MLE, S02) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	selerowa z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) zraz rybny w sosie cytrynowym 200 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) ziemniaki 300 g sałata z jogurtem 100 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE) szynka gotowana 60 g (SOJ, MLE, S02) jabłko 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 113,7 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Sód [mg] 2 324,2 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 74,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

19.07.2025 Sobota

1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) arbuz 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew z groszkiem 120 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek kremowy 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 137,3 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 284,5 Sód [mg] 2 265,7 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) arbuz 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek kremowy 1 szt sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 126,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 285,6 Sód [mg] 2 219,5 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
3-Latwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko gotowane 1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kartoflanka 300 ml (SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 136,1 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Sód [mg] 2 119,5 Sól [g] 5,3 suma cukrów prostych [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

19.07.2025 Sobota

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko gotowane1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek wypasiony 1 szt (MLE)	kartoflanka 300 ml (SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) serek deliser 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 326,6 Białko ogółem [g] 118,8 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Sód [mg] 2 218,5 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
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) twaróg 70 g (MLE) dżem 25g 1 szt szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) jabłko gotowane1 szt ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		kartoflanka 300 ml (SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 279,2 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 323,5 Sód [mg] 2 215,4 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) pomidor 200 g papryka świeża 150 g arbuz 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana 120 g (GLU) kostka 120 g brokuły gotowane 120 g surówka z czerwonej kapusty, jabłka 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g ogórek świeży200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 114 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 291,7 Sód [mg] 2 057,3 Sól [g] 5,2 suma cukrów prostych [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
 KUCHNIA SZPITALNA.

19.07.2025 Sobota	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) arbuz 1 szt pomidor 150 g papryka świeża 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		udko gotowane 220 g ziemniaki 200 g surówka z czerwonej kapusty, jabłka 200 g brokuły gotowane 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) sałata 40 g ogórek konserwowy 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 25 g (GLU) serek deliser 1 szt (MLE) papryka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 600,7 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 195,3 Sód [mg] 2 317,9 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 31
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) arbuz 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	szynka drobiowa 50 g (SOJ, MLE, SEL, GOR)	rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) udko gotowane w sosie potrawkowym 300 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkowa 50 g (SOJ, MLE) schab gotowany 50 g serek kremowy 1 szt sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 016,8 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 249,8 Sód [mg] 2 168,7 Sól [g] 5,5 suma cukrów prostych [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) ser krojony 50 g (MLE) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) patisony 50 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 101,3 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 283,8 Sód [mg] 2 747 Sól [g] 7,4 suma cukrów prostych [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

20.07.2025 Niedziela

2-łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 50 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 001,3 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 2 497,9 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
3-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,2 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Sód [mg] 2 335,3 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
3/9-łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) schab gotowany 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,1 Białko ogółem [g] 135,7 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 426,5 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

20.07.2025 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) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) dżem 25g 1 szt pomidor 100 g płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie koperkowym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wieloowocowy 250 ml	jabłko gotowane 1 szt	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) pasta z białek jaj 60 g (JAJ, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 111,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 303,1 Sód [mg] 2 337,8 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 200 g ogórek świeży 100 g kiwi 1 szt płatki owsiane na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) serek deliser 1 szt (MLE) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	wafel ryżowy 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 066,1 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 300,7 Sód [mg] 2 419,8 Sól [g] 6,1 suma cukrów prostych [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,6
8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) serek deliser 1 szt (MLE) pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g buraczki gotowane 160 g brukselka gotowana 120 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) ogórek świeży 200 g patisony 80 g (GOR) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 545,2 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 201,7 Sód [mg] 2 102,3 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 34,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

20.07.2025 Niedziela	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, S02) plaster sera topionego 1 szt (MLE) pomidor 100 g Kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek homogenizowany owocowy 1 szt (MLE)	marchewkowa z kaszka kukurydzianą 300 ml (SEL) pieczeń rzymska w sosie własnym 200 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g buraczki gotowane 160 g kompot wielowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynka konserwowa wp 50 g (S02) serek deliser 2 szt (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	herbatniki 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 022,9 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Sód [mg] 2 452,5 Sól [g] 6,2 suma cukrów prostych [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	1-Podstawowa	chleb graham 50 g (GLU) chleb bydgoski 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) krakowska 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) serek deliser 1 szt (MLE) papryka świeża 50 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) kielbasa z rusztu z cebulką 120 g ziemniaki 300 g surówka z młodej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 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) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) ogórek małosolny 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,7 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Sód [mg] 3 330,8 Sól [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
21.07.2025 Poniedziałek	2-Latwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) poledwica drobiowa 50 g (SOJ) serek deliser 2 szt (MLE) sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g kalafior świeży gotowany 160 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) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 50 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 009,4 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 287,7 Sód [mg] 2 320,4 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 26,2

21.07.2025 Poniedziałek

3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g brokuły gotowane świeże 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 231,6 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Sód [mg] 2 308,6 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 24
3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt owocowy 1 szt (MLE)	krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g brokuły gotowane świeże 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) pasta z białek jaj 100 g (JAJ, MLE) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g białko jajka kurzego gotowane 30 g (JAJ) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 353,5 Białko ogółem [g] 121,5 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 309,2 Sód [mg] 2 417 Sól [g] 6 suma cukrów prostych [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk gotowany w sosie białym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g brokuły gotowane świeże 160 g kompot truskawkowy 250 ml	chrupki kukurydziane 20 g	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 182 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Sód [mg] 2 232,9 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

21.07.2025 Poniedziałek	5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek wypasiony 1 szt (MLE) sałata 40 g papryka świeża 150 g pomidor 200 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g kalafior świeży gotowany 160 g surówka z młodej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 160 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) ogórek małosolny 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chrupki kukurydziane 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 215,5 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 300 Sód [mg] 3 299,2 Sól [g] 8,3 suma cukrów prostych [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,5
	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 50 g (SOJ) serek deliser 2 szt (MLE) papryka świeża 100 g sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	jogurt naturalny 1 szt (MLE)	indyk gotowany 100 g ziemniaki 200 g kalafior świeży gotowany 160 g surówka z młodej kapusty, marchewki, pietruszki zielonej 250 g kompot truskawkowy 250 ml		chleb graham 80 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) jajko gotowane 1 szt (JAJ) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 150 g ogórek małosolny 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 510,1 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Sód [mg] 2 797,5 Sól [g] 7 suma cukrów prostych [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) połędwica drobiowa 60 g (SOJ) schab gotowany 50 g sałata 20 g manna na mleku 250 ml (GLU, MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek kremowy 2 szt	krupnik z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) indyk duszony w sosie własnym 200 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g kalafior świeży gotowany 160 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) zielonogórska 50 g (SOJ, MLE) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 174,6 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 289 Sód [mg] 2 589,1 Sól [g] 6,5 suma cukrów prostych [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

22.07.2025 Wtorek	1-Podstawowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g pomidor 50 g ryż na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) kotlet schabowy 120 g (GLU, JAJ) ziemniaki 300 g surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) żywiecka 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 484,3 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 290,5 Sód [mg] 2 236,8 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	2-Łatwo strawna	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g pomidor 50 g ryż na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) ziemniaki 300 g udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SOJ, MLE, S02) surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 335,3 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Sód [mg] 2 299,4 Sól [g] 5,7 suma cukrów prostych [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	3-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) pomidor 100 g ryż na mleku 250 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SOJ, MLE, S02) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,3 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Sód [mg] 2 365,7 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

22.07.2025 Wtorek

3/9-Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu/bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) pomidor 100 g ryż na mleku 200 ml (MLE) kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	serek deliser 2 szt (MLE)	ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) pasta ze schabu 80 g (SEL) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 398,3 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 309 Sód [mg] 2 536,7 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 28
4-Łatwo strawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pasta ze schabu 80 g (SEL) pomidor 100 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		ziemniaczana 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko gotowane w sosie pietruszkowym 270 g (GLU, MLE) ziemniaki 300 g marchew gotowana kostka 120 g (GLU) kompot wieloowocowy 250 ml	herbatniki 2 szt (GLU, JAJ, MLE)	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb pszenny 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 268,4 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sód [mg] 2 361,4 Sól [g] 5,9 suma cukrów prostych [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
5 - bogatoresztkowa	chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pieczeń chłopska 50 g pomidor 150 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)		zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SÓJ, MLE, S02) ziemniaki 300 g surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) brokuły gotowane 120 g kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 100 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) twaróg 70 g (MLE) szynka gotowana 50 g (SÓJ, MLE, S02) sałata 40 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 220,1 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 269,5 Sód [mg] 2 233,9 Sól [g] 5,6 suma cukrów prostych [g] 38,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-16 do dnia 2025-07-22
KUCHNIA SZPITALNA.

22.07.2025 Wtorek	8-Ubogoenergetyczna	chleb graham 100 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) szynkówka 50 g (MLE, GOR) pieczeń chłopska 50 g pomidor 200 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	kiwi 1 szt	udko gotowane 220 g ziemniaki 150 g brokuły gotowane 200 g surówka z marchwi i jabłka 200 g (MLE) kompot wieloowocowy 250 ml		chleb graham 60 g (GLU) masło 10g 1 szt (MLE) twaróg 100 g (MLE) rzodkiewki 30 g ogórek konserwowy 150 g sałata 60 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	chleb graham 20 g (GLU) szynka gotowana 30 g (SOJ, MLE, S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 688,5 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 192,3 Sód [mg] 2 527,2 Sól [g] 6,3 suma cukrów prostych [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	9-Bogatobiałkowa	chleb bydgoski 50 g (GLU) chleb graham 50 g (GLU) masło 15g 1 szt (MLE) parówka cienka 40 g (SEZ) pomidor 50 g kiwi 1 szt kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE) ryż na mleku 150 ml (MLE)	pieczeń chłopska 50 g	zupa z fasolki zielonej z ziemniakami 300 ml (GLU, MLE, SEL) udko duszone w sosie własnym 270 g (GLU, SOJ, MLE, S02) ziemniaki 300 g surówka z marchwi i jabłka 160 g (MLE) kompot 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) pasta ze schabu 80 g (SEL) sałata 20 g kawa z mlekiem 250 ml (GLU, MLE)	ciasto drożdżowe 60 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 360,1 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 294 Sód [mg] 2 310,3 Sól [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,8