

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) pieczeń węd 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,) rzodkiew biała 50,00 g Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz mielony w sosie. 80,00 g (GLU, JAJ, MLE,) kasza gryczana na sypko. 160,00 g (GLU, OZ,) Sałatka z ogórka kiszzonego. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) pieczeń węd 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,) rzodkiew biała 40,00 g Makaron na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Żurek z ziemniakami DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz mielony w sosie DZ 50,00 g (GLU, JAJ, MLE,) Kasza gryczana na sypko DZ 120,00 g (GLU, OZ,) Sałatka z ogórka kiszzonego DZ 60,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) południca z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Herbatniki petitiki 25,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 40,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) południca z ind 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D1 Podstawowa	Wartość netto [zł] 11,88 Wartość brutto [zł] 11,94 Energia kc [kcal] 2 532,40 Białko ogółem [g] 87,40 Tłuszcz [g] 89,40 Węglowodany ogółem [g] 346,10 Wapń [mg] 651,00 Żelazo [mg] 12,30 Potas [mg] 3 409,20 Sól [g] 15,60 Fosfor [mg] 1 576,90 Witamina D [ug] 4,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 873,20 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 68,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,10 Błonnik pokarmowy [g] 27,40 suma cukrów prostych [g] 65,40
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Wartość netto [zł] 9,47 Wartość brutto [zł] 9,52 Energia kc [kcal] 2 059,10 Białko ogółem [g] 65,20 Tłuszcz [g] 77,70 Węglowodany ogółem [g] 275,70 Wapń [mg] 494,10 Żelazo [mg] 8,30 Potas [mg] 2 315,40 Sól [g] 11,40 Fosfor [mg] 1 105,10 Witamina D [ug] 1,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 661,40 Witamina B6 [mg] 1,60 Witamina C [mg] 47,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,30 Błonnik pokarmowy [g] 18,00 suma cukrów prostych [g] 59,60

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g Makaron na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Żurek z ziemniakami DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym DZ 80,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków DZ 100,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) południca z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Herbatniki petitiki 25,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 40,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) południca z ind 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 11,66 Wartość brutto [zł] 11,72 Energia kc [kcal] 2 385,30 Białko ogółem [g] 86,90 Tłuszcz [g] 66,90 Węglowodany ogółem [g] 364,20 Wapń [mg] 660,70 Żelazo [mg] 11,70 Potas [mg] 3 634,60 Sól [g] 14,80 Fosfor [mg] 1 446,80 Witamina D [ug] 3,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 030,10 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 76,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,20 Błonnik pokarmowy [g] 27,90 suma cukrów prostych [g] 73,60
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 10,02 Wartość brutto [zł] 10,07 Energia kc [kcal] 1 957,80 Białko ogółem [g] 67,50 Tłuszcz [g] 60,70 Węglowodany ogółem [g] 289,40 Wapń [mg] 515,70 Żelazo [mg] 8,50 Potas [mg] 2 619,20 Sól [g] 11,90 Fosfor [mg] 1 080,70 Witamina D [ug] 0,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 834,00 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 55,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,00 Błonnik pokarmowy [g] 20,10 suma cukrów prostych [g] 65,90

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) twaróg półtłusty 60,00 g (MLE,) zielona pietruszka 1,00 g pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g
	D4 Łat.z ograni.łat.przysw, węglow,tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) twaróg półtłusty 60,00 g (MLE,) zielona pietruszka 1,00 g pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 9,82 Wartość brutto [zł] 9,87 Energia kc [kcal] 1 867,50 Białko ogółem [g] 73,80 Tłuszcz [g] 35,90 Węglowodany ogółem [g] 317,60 Wapń [mg] 233,80 Żelazo [mg] 10,40 Potas [mg] 2 987,30 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 1 132,60 Witamina D [ug] 2,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 834,90 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 71,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,60 Błonnik pokarmowy [g] 26,90 suma cukrów prostych [g] 58,00
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Wartość netto [zł] 10,98 Wartość brutto [zł] 11,00 Energia kc [kcal] 1 868,50 Białko ogółem [g] 80,80 Tłuszcz [g] 38,70 Węglowodany ogółem [g] 305,50 Wapń [mg] 494,30 Żelazo [mg] 11,00 Potas [mg] 3 482,10 Sól [g] 14,00 Fosfor [mg] 1 328,70 Witamina D [ug] 2,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 864,70 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 86,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,50 Błonnik pokarmowy [g] 29,80 suma cukrów prostych [g] 31,00

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z ogórka kiszzonego. 150,00 g Buraczki z wody jako II jarzyna 80,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 50,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Galaretką jarska. 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 12,30 Wartość brutto [zł] 12,33 Energia kc [kcal] 1 948,00 Białko ogółem [g] 77,60 Tłuszcz [g] 59,50 Węglowodany ogółem [g] 280,40 Wapń [mg] 534,20 Żelazo [mg] 13,50 Potas [mg] 3 720,80 Sól [g] 16,70 Fosfor [mg] 1 533,50 Witamina D [ug] 3,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 993,40 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 87,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,90 Błonnik pokarmowy [g] 38,20 suma cukrów prostych [g] 30,10
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Wartość netto [zł] 15,80 Wartość brutto [zł] 15,83 Energia kc [kcal] 1 829,20 Białko ogółem [g] 59,80 Tłuszcz [g] 40,10 Węglowodany ogółem [g] 316,50 Wapń [mg] 226,00 Żelazo [mg] 11,20 Potas [mg] 3 488,80 Sól [g] 12,50 Fosfor [mg] 964,20 Witamina D [ug] 2,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 564,40 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 200,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,40 Błonnik pokarmowy [g] 38,70 suma cukrów prostych [g] 28,50

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona	płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Galaretka jarska. 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	sok kubaś 300,00 ml
	D8 O zmiennej konsystencji-płynna, wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 10,94 Wartość brutto [zł] 11,00 Energia kc [kcal] 1 836,00 Białko ogółem [g] 60,00 Tłuszcz [g] 39,10 Węglowodany ogółem [g] 325,00 Wapń [mg] 258,30 Żelazo [mg] 11,10 Potas [mg] 3 523,40 Sól [g] 12,70 Fosfor [mg] 979,70 Witamina D [ug] 2,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 345,30 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 106,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,30 Błonnik pokarmowy [g] 35,70 suma cukrów prostych [g] 75,80</p>
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	<p>Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym.(2.00 porcje) 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60,00 g (SOJ, MLE,) pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 15,18 Wartość brutto [zł] 15,24 Energia kc [kcal] 2 576,50 Białko ogółem [g] 110,50 Tłuszcz [g] 70,30 Węglowodany ogółem [g] 380,50 Wapń [mg] 876,90 Żelazo [mg] 12,50 Potas [mg] 4 289,50 Sól [g] 15,70 Fosfor [mg] 1 799,50 Witamina D [ug] 3,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 258,20 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 95,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 29,30 suma cukrów prostych [g] 74,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) sałata zielona 15,00 g		Żurek z ziemniakami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klopsik drobiowy w sosie jarzynowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Sałatka z buraczków. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Galaretka jarska. 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) południca z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g
	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 10,34 Wartość brutto [zł] 10,40 Energia kc [kcal] 1 992,70 Białko ogółem [g] 69,80 Tłuszcz [g] 49,20 Węglowodany ogółem [g] 325,50 Wapń [mg] 229,00 Żelazo [mg] 11,40 Potas [mg] 3 300,10 Sól [g] 14,00 Fosfor [mg] 1 080,50 Witamina D [ug] 3,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 692,70 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 97,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,70 Błonnik pokarmowy [g] 31,90 suma cukrów prostych [g] 58,80
	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-08 poniedziałek	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
2024-01-09 wtorek	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) salceson 70,00 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,) ogórek kiszony 50,00 g Zacierka na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Rumsztyk z cebulą 80,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Surówka z kiszonej kapusty. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-08 poniedziałek	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU , SEL , GOR ,)	
2024-01-09 wtorek	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU , SEL , GOR ,) chleb pszenny 100,00 g (GLU , JAJ , SOJ ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE ,) Pasta z sera topionego ,kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60,00 g (JAJ , SOJ , MLE ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU , JAJ , SOJ ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE ,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ , ORZ , GOR ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-08 poniedziałek	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30
2024-01-09 wtorek	D1 Podstawowa	Wartość netto [zł] 10,79 Wartość brutto [zł] 10,85 Energia kc [kcal] 2 266,10 Białko ogółem [g] 79,00 Tłuszcz [g] 76,00 Węglowodany ogółem [g] 323,90 Wapń [mg] 687,90 Żelazo [mg] 12,00 Potas [mg] 3 351,10 Sól [g] 16,50 Fosfor [mg] 1 320,80 Witamina D [ug] 4,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 012,40 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 81,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,80 suma cukrów prostych [g] 67,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) salceson 60,00 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,) ogórek kiszony 40,00 g Zacierka na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Krupnik DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Rumsztyk z cebulką DZ 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Surówka z kiszonej kapusty DZ 100,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Zacierka na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Galaretka owocowa DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Pasta z sera topionego, kiełbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50,00 g (JAJ, SOJ, MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 30,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 30,00 g
	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	<p> Wartość netto [zł] 9,52 Wartość brutto [zł] 9,61 Energia kc [kcal] 1 807,70 Białko ogółem [g] 60,30 Tłuszcz [g] 65,70 Węglowodany ogółem [g] 250,00 Wapń [mg] 591,90 Żelazo [mg] 8,80 Potas [mg] 2 637,40 Sól [g] 14,20 Fosfor [mg] 1 047,80 Witamina D [ug] 1,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 769,00 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 67,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31,40 Błonnik pokarmowy [g] 17,60 suma cukrów prostych [g] 60,80 </p>
	D2 Łatwostrawna	<p> Wartość netto [zł] 11,14 Wartość brutto [zł] 11,20 Energia kc [kcal] 2 165,00 Białko ogółem [g] 82,90 Tłuszcz [g] 60,10 Węglowodany ogółem [g] 328,50 Wapń [mg] 692,10 Żelazo [mg] 10,40 Potas [mg] 3 585,70 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 1 373,40 Witamina D [ug] 4,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 117,00 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 75,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,30 Błonnik pokarmowy [g] 26,90 suma cukrów prostych [g] 73,60 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) keczup 10,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Zacierka na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Krupnik DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki DZ 190,00 g sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80,00 g (GLU,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Galaretka owocowa DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 30,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 30,00 g
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	<p> Wartość netto [zł] 9,50 Wartość brutto [zł] 9,60 Energia kc [kcal] 1 680,30 Białko ogółem [g] 63,30 Tłuszcz [g] 48,30 Węglowodany ogółem [g] 252,60 Wapń [mg] 535,10 Żelazo [mg] 7,60 Potas [mg] 2 837,00 Sól [g] 11,90 Fosfor [mg] 1 049,20 Witamina D [ug] 1,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 096,10 Witamina B6 [mg] 1,90 Witamina C [mg] 63,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,30 Błonnik pokarmowy [g] 19,60 suma cukrów prostych [g] 66,50 </p>
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	<p> Wartość netto [zł] 9,28 Wartość brutto [zł] 9,34 Energia kc [kcal] 1 677,80 Białko ogółem [g] 66,60 Tłuszcz [g] 30,40 Węglowodany ogółem [g] 289,50 Wapń [mg] 225,30 Żelazo [mg] 9,30 Potas [mg] 2 945,10 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 998,90 Witamina D [ug] 2,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 847,00 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 71,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,00 Błonnik pokarmowy [g] 26,20 suma cukrów prostych [g] 56,60 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)	Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80,00 g (GLU,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)	Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g Surówka z kiszzonej kapusty. 150,00 g Marchew z wody dodatek do II dania 80,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jabłka 200,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i	<p> Wartość netto [zł] 10,43 Wartość brutto [zł] 10,46 Energia kc [kcal] 1 670,80 Białko ogółem [g] 73,70 Tłuszcz [g] 33,30 Węglowodany ogółem [g] 275,20 Wapń [mg] 485,70 Żelazo [mg] 9,90 Potas [mg] 3 439,90 Sól [g] 14,10 Fosfor [mg] 1 195,00 Witamina D [ug] 2,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 876,90 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 86,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,90 Błonnik pokarmowy [g] 29,10 suma cukrów prostych [g] 27,60 </p>
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	<p> Wartość netto [zł] 11,24 Wartość brutto [zł] 11,27 Energia kc [kcal] 1 793,10 Białko ogółem [g] 73,80 Tłuszcz [g] 55,50 Węglowodany ogółem [g] 255,70 Wapń [mg] 568,90 Żelazo [mg] 12,70 Potas [mg] 3 824,10 Sól [g] 14,60 Fosfor [mg] 1 438,40 Witamina D [ug] 3,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 533,90 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina C [mg] 102,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,90 Błonnik pokarmowy [g] 39,10 suma cukrów prostych [g] 30,10 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 9,79 Wartość brutto [zł] 9,82 Energia kc [kcal] 1 930,10 Białko ogółem [g] 59,10 Tłuszcz [g] 47,00 Węglowodany ogółem [g] 328,20 Wapń [mg] 196,10 Żelazo [mg] 11,20 Potas [mg] 4 299,40 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 999,40 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 099,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 133,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,40 Błonnik pokarmowy [g] 36,90 suma cukrów prostych [g] 24,70</p>
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 9,04 Wartość brutto [zł] 9,08 Energia kc [kcal] 1 834,70 Białko ogółem [g] 57,80 Tłuszcz [g] 45,70 Węglowodany ogółem [g] 305,30 Wapń [mg] 183,20 Żelazo [mg] 10,30 Potas [mg] 3 859,60 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 969,90 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 086,50 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 103,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,30 Błonnik pokarmowy [g] 30,40 suma cukrów prostych [g] 31,60</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	<p>płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml</p>
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	<p>suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	<p>Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70</p>
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	<p>Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Zacierka na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)
	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Krupnik. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80,00 g (GLU, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) twaróg z konc. pomid. z zielonym koperkiem. 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 14,46 Wartość brutto [zł] 14,52 Energia kc [kcal] 2 418,40 Białko ogółem [g] 103,30 Tłuszcz [g] 71,70 Węglowodany ogółem [g] 345,70 Wapń [mg] 915,40 Żelazo [mg] 11,60 Potas [mg] 4 197,30 Sól [g] 14,60 Fosfor [mg] 1 665,60 Witamina D [ug] 4,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 407,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 95,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,10 Błonnik pokarmowy [g] 28,70 suma cukrów prostych [g] 74,40
	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 9,70 Wartość brutto [zł] 9,76 Energia kc [kcal] 1 979,00 Białko ogółem [g] 61,10 Tłuszcz [g] 48,30 Węglowodany ogółem [g] 332,10 Wapń [mg] 189,90 Żelazo [mg] 10,50 Potas [mg] 3 947,30 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 1 003,60 Witamina D [ug] 3,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 209,20 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 104,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,50 Błonnik pokarmowy [g] 30,80 suma cukrów prostych [g] 56,80

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-09 wtorek	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)
	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-09 wtorek	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	
	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-09 wtorek	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20
	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka kons. baton 50,00 g (GLU, SOJ, GOR,) pomidory 50,00 g Płatki owsiane na mleku w proszku. 250,00 ml (MLE,)		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka II 130,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z marchwi i chrzanu. 150,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka kons. baton 40,00 g (GLU, SOJ, GOR,) pomidory 40,00 g Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200,00 ml (MLE,)		Zupa wiejska DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka DZ 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z marchwi i chrzanu DZ 100,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Parówka na gorąco. 100,00 g (SOJ,) musztarda 15,00 g (GOR, SO2,) ogórek świeży 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Parówka na gorąco DZ 70,00 g (SOJ,) musztarda 10,00 g (GOR, SO2,) ogórek świeży 40,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) połędwica z ind 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D1 Podstawowa	<p>Wartość netto [zł] 12,03 Wartość brutto [zł] 12,11 Energia kc [kcal] 2 564,70 Białko ogółem [g] 90,00 Tłuszcz [g] 92,60 Węglowodany ogółem [g] 348,80 Wapń [mg] 636,30 Żelazo [mg] 12,20 Potas [mg] 3 446,10 Sól [g] 17,80 Fosfor [mg] 1 554,70 Witamina D [ug] 4,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 313,30 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 66,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,90 Błonnik pokarmowy [g] 31,40 suma cukrów prostych [g] 72,30</p>
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	<p>Wartość netto [zł] 10,83 Wartość brutto [zł] 10,88 Energia kc [kcal] 2 098,30 Białko ogółem [g] 72,90 Tłuszcz [g] 76,90 Węglowodany ogółem [g] 283,60 Wapń [mg] 706,60 Żelazo [mg] 9,00 Potas [mg] 2 890,80 Sól [g] 13,90 Fosfor [mg] 1 293,20 Witamina D [ug] 1,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 340,90 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 71,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,70 Błonnik pokarmowy [g] 22,60 suma cukrów prostych [g] 66,90</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g Płatki owsiane na mleku w proszku. 250,00 ml (MLE,)		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka II 130,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) połędwica sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200,00 ml (MLE,)		Zupa wiejska DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka DZ 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażne DZ 100,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40,00 g (MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połowica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40,00 g (MLE,) kielb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) połowica z ind 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 11,70 Wartość brutto [zł] 11,76 Energia kc [kcal] 2 421,30 Białko ogółem [g] 98,30 Tłuszcz [g] 74,40 Węglowodany ogółem [g] 346,80 Wapń [mg] 661,90 Żelazo [mg] 12,70 Potas [mg] 3 521,00 Sól [g] 15,50 Fosfor [mg] 1 585,10 Witamina D [ug] 4,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 182,50 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 69,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,50 Błonnik pokarmowy [g] 27,30 suma cukrów prostych [g] 73,10
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 10,81 Wartość brutto [zł] 10,86 Energia kc [kcal] 1 996,50 Białko ogółem [g] 81,50 Tłuszcz [g] 64,30 Węglowodany ogółem [g] 278,60 Wapń [mg] 739,50 Żelazo [mg] 9,70 Potas [mg] 2 998,50 Sól [g] 13,20 Fosfor [mg] 1 380,70 Witamina D [ug] 1,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 992,30 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 71,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,00 Błonnik pokarmowy [g] 21,10 suma cukrów prostych [g] 66,50

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) połędwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka II 130,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) połędwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80,00 g (GLU,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g twaróg półtłusty 40,00 g (MLE,) zielona pietruszka 1,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D4 Łat.z ograni.łat.przysw, węglow,tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g twaróg półtłusty 40,00 g (MLE,) zielona pietruszka 1,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g

		SUMA
2024-01-10 środa	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 10,08 Wartość brutto [zł] 10,14 Energia kc [kcal] 1 995,40 Białko ogółem [g] 84,70 Tłuszcz [g] 47,10 Węglowodany ogółem [g] 314,30 Wapń [mg] 234,40 Żelazo [mg] 11,40 Potas [mg] 2 884,00 Sól [g] 15,10 Fosfor [mg] 1 178,40 Witamina D [ug] 3,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 923,90 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 65,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,90 Błonnik pokarmowy [g] 25,60 suma cukrów prostych [g] 57,90
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Wartość netto [zł] 13,36 Wartość brutto [zł] 13,39 Energia kc [kcal] 1 913,10 Białko ogółem [g] 91,10 Tłuszcz [g] 41,40 Węglowodany ogółem [g] 300,90 Wapń [mg] 486,70 Żelazo [mg] 13,20 Potas [mg] 3 382,10 Sól [g] 14,70 Fosfor [mg] 1 334,70 Witamina D [ug] 2,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 930,40 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 80,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,00 Błonnik pokarmowy [g] 28,70 suma cukrów prostych [g] 31,00

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80,00 g (GLU, MLE,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z marchwi i chrzanu. 150,00 g (MLE,) Kalafior gotowany. 80,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Roladka wołowa faszerowana jarzynami nerkowa 70,00 g (GLU, MLE,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml

		SUMA
2024-01-10 środa	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 14,29 Wartość brutto [zł] 14,32 Energia kc [kcal] 1 954,90 Białko ogółem [g] 89,80 Tłuszcz [g] 57,60 Węglowodany ogółem [g] 277,70 Wapń [mg] 520,60 Żelazo [mg] 14,20 Potas [mg] 3 668,10 Sól [g] 15,70 Fosfor [mg] 1 590,10 Witamina D [ug] 3,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 285,00 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 112,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,30 Błonnik pokarmowy [g] 41,30 suma cukrów prostych [g] 26,80
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Wartość netto [zł] 15,69 Wartość brutto [zł] 15,72 Energia kc [kcal] 2 196,90 Białko ogółem [g] 55,80 Tłuszcz [g] 58,40 Węglowodany ogółem [g] 370,30 Wapń [mg] 214,40 Żelazo [mg] 12,00 Potas [mg] 2 919,10 Sól [g] 12,90 Fosfor [mg] 902,00 Witamina D [ug] 2,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 403,60 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 167,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,20 Błonnik pokarmowy [g] 36,50 suma cukrów prostych [g] 27,60

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka- nerkowa. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	<p> Wartość netto [zł] 14,17 Wartość brutto [zł] 14,23 Energia kc [kcal] 2 235,00 Białko ogółem [g] 58,30 Tłuszcz [g] 59,20 Węglowodany ogółem [g] 372,30 Wapń [mg] 210,80 Żelazo [mg] 10,60 Potas [mg] 2 556,20 Sól [g] 13,50 Fosfor [mg] 936,30 Witamina D [ug] 2,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 395,90 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 139,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,30 Błonnik pokarmowy [g] 30,10 suma cukrów prostych [g] 57,40 </p>
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	<p> Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D10 Łatwostr. bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Roladka wołowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80,00 g (GLU, MLE,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40,00 g (MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) poledwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 17,83 Wartość brutto [zł] 17,89 Energia kc [kcal] 2 348,90 Białko ogółem [g] 109,50 Tłuszcz [g] 68,20 Węglowodany ogółem [g] 330,50 Wapń [mg] 453,50 Żelazo [mg] 15,30 Potas [mg] 3 605,20 Sól [g] 15,00 Fosfor [mg] 1 493,60 Witamina D [ug] 4,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 384,10 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 84,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,30 Błonnik pokarmowy [g] 27,60 suma cukrów prostych [g] 59,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica sop.wp 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa wiejska 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Potrawka z kurczaka II 130,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 60,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 10,14 Wartość brutto [zł] 10,20 Energia kc [kcal] 2 092,20 Białko ogółem [g] 79,80 Tłuszcz [g] 60,70 Węglowodany ogółem [g] 312,90 Wapń [mg] 197,10 Żelazo [mg] 11,30 Potas [mg] 2 862,50 Sól [g] 15,50 Fosfor [mg] 1 104,20 Witamina D [ug] 4,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 068,80 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 63,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,60 suma cukrów prostych [g] 56,70
	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-10 środa	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
2024-01-11 czwartek	D1 Podstawowa	Kawa z mlekiem w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) pasztet drobiowy konserwowy 65,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) ogórek kiszony 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bigos z kapusty kiszonej. 300,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-10 środa	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
2024-01-11 czwartek	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-10 środa	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30
2024-01-11 czwartek	D1 Podstawowa	Wartość netto [zł] 11,72 Wartość brutto [zł] 11,76 Energia kc [kcal] 2 164,00 Białko ogółem [g] 77,50 Tłuszcz [g] 77,20 Węglowodany ogółem [g] 299,30 Wapń [mg] 683,50 Żelazo [mg] 10,80 Potas [mg] 3 427,20 Sól [g] 17,20 Fosfor [mg] 1 278,00 Witamina D [ug] 4,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 482,90 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 97,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,90 Błonnik pokarmowy [g] 24,90 suma cukrów prostych [g] 69,60

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Kawa z mlekiem w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) pasztet drobiowy konserwowy 65,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) ogórek kiszony 40,00 g		Zupa ryżowa DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bigos z kapusty kiszonej DZ 250,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 Łatwostrawna	Kawa z mlekiem w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	sok kubaś 300,00 ml	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg z konc. pomid. z zie.cebulką. 50,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 30,00 g (SOJ,) pomidory 30,00 g
	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Parówka na gorąco. 100,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Wartość netto [zł] 12,74 Wartość brutto [zł] 12,79 Energia kc [kcal] 1 924,20 Białko ogółem [g] 64,60 Tłuszcz [g] 68,90 Węglowodany ogółem [g] 275,70 Wapń [mg] 681,90 Żelazo [mg] 9,10 Potas [mg] 3 394,30 Sól [g] 15,00 Fosfor [mg] 1 084,30 Witamina D [ug] 1,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 097,50 Witamina B6 [mg] 2,10 Witamina C [mg] 96,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,50 Błonnik pokarmowy [g] 24,60 suma cukrów prostych [g] 85,70
	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 12,20 Wartość brutto [zł] 12,25 Energia kc [kcal] 2 155,30 Białko ogółem [g] 80,60 Tłuszcz [g] 69,50 Węglowodany ogółem [g] 301,00 Wapń [mg] 557,00 Żelazo [mg] 9,60 Potas [mg] 3 368,00 Sól [g] 16,80 Fosfor [mg] 1 242,90 Witamina D [ug] 3,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 201,20 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 85,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,00 Błonnik pokarmowy [g] 20,90 suma cukrów prostych [g] 72,00

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Kawa z mlekiem w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g		Zupa ryżowa DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g sałata zielona z olejem. 60,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	sok kubaś 300,00 ml	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Parówka na gorąco DZ 70,00 g (SOJ,) keczup 10,00 g (SOJ, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 30,00 g (SOJ,) pomidory 30,00 g
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Filet drobiowy gotowany. 60,00 g sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 12,64 Wartość brutto [zł] 12,70 Energia kc [kcal] 1 842,60 Białko ogółem [g] 64,20 Tłuszcz [g] 58,00 Węglowodany ogółem [g] 272,20 Wapń [mg] 575,60 Żelazo [mg] 8,10 Potas [mg] 3 319,00 Sól [g] 14,20 Fosfor [mg] 1 061,40 Witamina D [ug] 1,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 795,90 Witamina B6 [mg] 2,10 Witamina C [mg] 85,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,60 suma cukrów prostych [g] 87,90
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 11,27 Wartość brutto [zł] 11,32 Energia kc [kcal] 1 662,60 Białko ogółem [g] 76,00 Tłuszcz [g] 30,50 Węglowodany ogółem [g] 272,60 Wapń [mg] 129,70 Żelazo [mg] 8,20 Potas [mg] 2 914,90 Sól [g] 14,00 Fosfor [mg] 1 036,90 Witamina D [ug] 2,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 986,60 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 77,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 6,70 Błonnik pokarmowy [g] 20,50 suma cukrów prostych [g] 47,80

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D4 Lat.z ogran.lat.przysw, węglow,tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g	chleb pszenny 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) twaróg półtłusty 30,00 g (MLE,) zielona cebulka 1,00 g	Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g sałata zielona z olejem. 60,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)
	D5 Latw.z ogran.latwo przys. węglowodanów	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g	chleb graham 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Twarożek ze śmietaną. 30,00 g (MLE,) zielona cebulka 1,00 g	Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60,00 g (MLE,) Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jabłka 200,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Filet drobiowy gotowany. 60,00 g sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Parówka na gorąco. 100,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i	Wartość netto [zł] 11,88 Wartość brutto [zł] 11,90 Energia kc [kcal] 1 684,00 Białko ogółem [g] 83,90 Tłuszcz [g] 32,50 Węglowodany ogółem [g] 267,00 Wapń [mg] 168,90 Żelazo [mg] 9,10 Potas [mg] 3 186,90 Sól [g] 14,40 Fosfor [mg] 1 148,60 Witamina D [ug] 2,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 009,10 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 91,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 7,70 Błonnik pokarmowy [g] 24,60 suma cukrów prostych [g] 13,50
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 13,18 Wartość brutto [zł] 13,21 Energia kc [kcal] 2 080,90 Białko ogółem [g] 87,70 Tłuszcz [g] 71,90 Węglowodany ogółem [g] 272,30 Wapń [mg] 644,60 Żelazo [mg] 13,50 Potas [mg] 4 112,20 Sól [g] 17,20 Fosfor [mg] 1 627,40 Witamina D [ug] 3,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 841,40 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 113,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,80 Błonnik pokarmowy [g] 38,10 suma cukrów prostych [g] 36,10

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g sałata zielona z olejem. 60,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g sałata zielona z olejem. 60,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Wartość netto [zł] 10,06 Wartość brutto [zł] 10,08 Energia kc [kcal] 1 797,10 Białko ogółem [g] 58,50 Tłuszcz [g] 39,80 Węglowodany ogółem [g] 309,10 Wapń [mg] 179,30 Żelazo [mg] 10,40 Potas [mg] 3 885,90 Sól [g] 21,90 Fosfor [mg] 921,90 Witamina D [ug] 3,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 370,20 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 139,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,70 Błonnik pokarmowy [g] 31,80 suma cukrów prostych [g] 22,40
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	Wartość netto [zł] 9,45 Wartość brutto [zł] 9,50 Energia kc [kcal] 1 794,80 Białko ogółem [g] 57,20 Tłuszcz [g] 38,40 Węglowodany ogółem [g] 309,30 Wapń [mg] 166,70 Żelazo [mg] 9,50 Potas [mg] 3 446,60 Sól [g] 21,90 Fosfor [mg] 892,40 Witamina D [ug] 3,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 357,10 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 109,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,50 Błonnik pokarmowy [g] 25,20 suma cukrów prostych [g] 52,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	<p>płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml</p>
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	<p>suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Kawa z mlekiem w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym(2.00 porcje) 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)
	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 50,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 50,00 g		Zupa ryżowa. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g sałata zielona z olejem. 60,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Parówka na gorąco. 100,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Parówka na gorąco. 100,00 g (SOJ,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 15,77 Wartość brutto [zł] 15,82 Energia kc [kcal] 2 350,10 Białko ogółem [g] 104,50 Tłuszcz [g] 73,00 Węglowodany ogółem [g] 317,80 Wapń [mg] 774,60 Żelazo [mg] 10,50 Potas [mg] 4 066,00 Sól [g] 17,80 Fosfor [mg] 1 598,10 Witamina D [ug] 3,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 396,70 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 105,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,60 Błonnik pokarmowy [g] 22,30 suma cukrów prostych [g] 72,60
	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 10,94 Wartość brutto [zł] 11,00 Energia kc [kcal] 1 965,70 Białko ogółem [g] 69,90 Tłuszcz [g] 63,20 Węglowodany ogółem [g] 278,70 Wapń [mg] 135,60 Żelazo [mg] 9,20 Potas [mg] 2 806,30 Sól [g] 16,50 Fosfor [mg] 938,90 Witamina D [ug] 3,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 124,00 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 80,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 18,60 Błonnik pokarmowy [g] 20,90 suma cukrów prostych [g] 49,70

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-11 czwartek	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)
	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-11 czwartek	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	
	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-11 czwartek	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20
	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g ser żółty twardy 50,00 g (MLE,) rzodkiew biała 50,00 g Kasza manna na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,)		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kotleciki z jajek 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew z groszkiem. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 40,00 g ser żółty twardy 40,00 g (MLE,) rzodkiew biała 40,00 g Kasza manna na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, MLE,)		Zupa selerowa z makaronem DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kotleciki z jajek DZ 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Ziemniaki DZ 190,00 g Marchew z groszkiem.DZ 100,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120,00 g (JAJ, MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) południca sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Ptasie mleczko DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80,00 g (JAJ, MLE,) kielb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) południca sop.wp 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D1 Podstawowa	<p> Wartość netto [zł] 13,77 Wartość brutto [zł] 13,82 Energia kc [kcal] 2 725,80 Białko ogółem [g] 97,50 Tłuszcz [g] 91,80 Węglowodany ogółem [g] 386,10 Wapń [mg] 1 187,40 Żelazo [mg] 14,70 Potas [mg] 4 181,50 Sól [g] 15,70 Fosfor [mg] 1 802,10 Witamina D [ug] 5,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 895,10 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 106,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,40 Błonnik pokarmowy [g] 37,60 suma cukrów prostych [g] 90,90 </p>
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	<p> Wartość netto [zł] 11,71 Wartość brutto [zł] 11,81 Energia kc [kcal] 2 131,40 Białko ogółem [g] 74,90 Tłuszcz [g] 64,70 Węglowodany ogółem [g] 317,90 Wapń [mg] 1 151,90 Żelazo [mg] 9,70 Potas [mg] 3 489,10 Sól [g] 12,90 Fosfor [mg] 1 431,30 Witamina D [ug] 1,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 674,70 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 88,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,60 Błonnik pokarmowy [g] 26,10 suma cukrów prostych [g] 97,70 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50,00 g (MLE,) pomidory 50,00 g Kasza manna na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,)		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny. 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 40,00 g Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40,00 g (MLE,) pomidory 40,00 g Kasza manna na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, MLE,)		Zupa selerowa z makaronem DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny DZ 60,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki DZ 20,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Marchew gotowana DZ 100,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120,00 g (JAJ, MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) poledwica sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Ptasie mleczko DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80,00 g (JAJ, MLE,) kielb szynkowa wp 40,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) poledwica sop.wp 30,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 12,74 Wartość brutto [zł] 12,79 Energia kc [kcal] 2 360,60 Białko ogółem [g] 89,40 Tłuszcz [g] 55,80 Węglowodany ogółem [g] 384,40 Wapń [mg] 787,60 Żelazo [mg] 11,40 Potas [mg] 4 261,10 Sól [g] 15,20 Fosfor [mg] 1 402,60 Witamina D [ug] 3,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 295,30 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina C [mg] 119,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,40 Błonnik pokarmowy [g] 34,60 suma cukrów prostych [g] 92,20
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 11,94 Wartość brutto [zł] 12,04 Energia kc [kcal] 1 997,40 Białko ogółem [g] 75,70 Tłuszcz [g] 48,60 Węglowodany ogółem [g] 320,70 Wapń [mg] 863,50 Żelazo [mg] 8,80 Potas [mg] 3 682,30 Sól [g] 12,90 Fosfor [mg] 1 261,20 Witamina D [ug] 1,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 135,10 Witamina B6 [mg] 2,10 Witamina C [mg] 100,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,30 Błonnik pokarmowy [g] 26,10 suma cukrów prostych [g] 99,50

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g twaróg półtłusty 50,00 g (MLE,) zielony koperek 1,00 g pomidory 50,00 g		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny. 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) twaróg półtłusty 50,00 g (MLE,) zielony koperek 1,00 g pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny. 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem. 120,00 g (JAJ,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) południca sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem. 120,00 g (JAJ,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) południca sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 11,09 Wartość brutto [zł] 11,14 Energia kc [kcal] 1 962,30 Białko ogółem [g] 74,60 Tłuszcz [g] 35,90 Węglowodany ogółem [g] 343,90 Wapń [mg] 306,60 Żelazo [mg] 10,70 Potas [mg] 3 611,80 Sól [g] 14,80 Fosfor [mg] 1 032,20 Witamina D [ug] 2,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 066,10 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 114,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,50 Błonnik pokarmowy [g] 33,80 suma cukrów prostych [g] 74,70
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Wartość netto [zł] 11,51 Wartość brutto [zł] 11,53 Energia kc [kcal] 1 886,80 Białko ogółem [g] 81,60 Tłuszcz [g] 38,70 Węglowodany ogółem [g] 312,60 Wapń [mg] 560,50 Żelazo [mg] 11,10 Potas [mg] 4 075,10 Sól [g] 15,00 Fosfor [mg] 1 222,30 Witamina D [ug] 2,90 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 095,40 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 123,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,40 Błonnik pokarmowy [g] 36,30 suma cukrów prostych [g] 30,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50,00 g (MLE,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny. 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Mizeria ze śmietaną dodatek do drugiego dania. 80,00 g (MLE,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) twaróg półtłusty 50,00 g (MLE,) zielony koperek 1,00 g pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny- nerkowa. 60,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120,00 g (JAJ, MLE,) kiełb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) poledwica sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D6 Z ograni.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem. 120,00 g (JAJ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 12,98 Wartość brutto [zł] 13,00 Energia kc [kcal] 1 919,60 Białko ogółem [g] 82,20 Tłuszcz [g] 49,80 Węglowodany ogółem [g] 294,80 Wapń [mg] 663,90 Żelazo [mg] 13,60 Potas [mg] 4 449,10 Sól [g] 14,90 Fosfor [mg] 1 497,60 Witamina D [ug] 3,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 275,80 Witamina B6 [mg] 2,70 Witamina C [mg] 130,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,90 Błonnik pokarmowy [g] 45,50 suma cukrów prostych [g] 34,20
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Wartość netto [zł] 14,74 Wartość brutto [zł] 14,76 Energia kc [kcal] 1 743,60 Białko ogółem [g] 53,10 Tłuszcz [g] 35,00 Węglowodany ogółem [g] 313,40 Wapń [mg] 289,60 Żelazo [mg] 9,40 Potas [mg] 3 525,30 Sól [g] 11,90 Fosfor [mg] 810,00 Witamina D [ug] 2,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 053,80 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 205,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,90 Błonnik pokarmowy [g] 39,90 suma cukrów prostych [g] 26,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g twaróg półtusty 50,00 g (MLE,) zielony koperek 1,00 g pomidory 50,00 g		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny- nerkowa. 60,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem. 120,00 g (JAJ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 14,87 Wartość brutto [zł] 14,92 Energia kc [kcal] 1 817,80 Białko ogółem [g] 51,90 Tłuszcz [g] 33,70 Węglowodany ogółem [g] 332,50 Wapń [mg] 283,50 Żelazo [mg] 8,60 Potas [mg] 3 117,40 Sól [g] 11,90 Fosfor [mg] 786,50 Witamina D [ug] 2,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 041,20 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 180,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 8,80 Błonnik pokarmowy [g] 33,70 suma cukrów prostych [g] 73,50</p>
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	<p>Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50,00 g (MLE,) pomidory 50,00 g Kasza manna na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, MLE,)		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny.(2.00 porcje) 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120,00 g (JAJ, MLE,) kielb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) poledwica sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 15,25 Wartość brutto [zł] 15,30 Energia kc [kcal] 2 559,80 Białko ogółem [g] 106,50 Tłuszcz [g] 60,10 Węglowodany ogółem [g] 407,20 Wapń [mg] 995,50 Żelazo [mg] 12,10 Potas [mg] 4 561,30 Sól [g] 15,60 Fosfor [mg] 1 579,00 Witamina D [ug] 4,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 347,50 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina C [mg] 134,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,40 Błonnik pokarmowy [g] 35,40 suma cukrów prostych [g] 92,40

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) dżem niskosłodzony 50,00 g Filet drobiowy gotowany. 60,00 g pomidory 50,00 g		Zupa selerowa z makaronem 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Klops rybny. 80,00 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,) Sos grecki 30,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Marchew gotowana. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Sałatka jarzynowa z olejem. 120,00 g (JAJ,) kiełb szynkowa wp 50,00 g (SOJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica sop.wp 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g
	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 12,72 Wartość brutto [zł] 12,77 Energia kc [kcal] 2 070,30 Białko ogółem [g] 81,70 Tłuszcz [g] 45,80 Węglowodany ogółem [g] 341,60 Wapń [mg] 263,60 Żelazo [mg] 10,90 Potas [mg] 3 830,00 Sól [g] 14,90 Fosfor [mg] 1 091,70 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 4 176,40 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 114,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,30 Błonnik pokarmowy [g] 33,80 suma cukrów prostych [g] 73,20
	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-12 piątek	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
2024-01-13 sobota	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) pieczeń węd 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,) ogórek świeży 50,00 g Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Wątróbka po kapitańsku. 200,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z kiszzonej kapusty. 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-12 piątek	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
2024-01-13 sobota	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Pasta z sera topionego ,kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60,00 g (JAJ, SOJ, MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-12 piątek	D16 Kleikowa przy biegunce	<p>Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30</p>
2024-01-13 sobota	D1 Podstawowa	<p>Wartość netto [zł] 11,30 Wartość brutto [zł] 11,39 Energia kc [kcal] 2 444,90 Białko ogółem [g] 68,20 Tłuszcz [g] 86,40 Węglowodany ogółem [g] 357,10 Wapń [mg] 698,10 Żelazo [mg] 11,90 Potas [mg] 3 210,10 Sól [g] 15,90 Fosfor [mg] 1 314,10 Witamina D [ug] 4,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 923,50 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 80,20 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,00 Błonnik pokarmowy [g] 29,30 suma cukrów prostych [g] 70,30</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) pieczeń węd 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,) ogórek świeży 40,00 g Makaron na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Barszcz z ziemniakami DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Wątróbka po kapitańsku DZ. 160,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z kiszzonej kapusty DZ 100,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) polędwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D1 DZ Podstawowa -dzieci	biskopki 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Pasta z sera topionego, kiełbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50,00 g (JAJ, SOJ, MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 30,00 g (SOJ,) pomidory 30,00 g
	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Wartość netto [zł] 11,01 Wartość brutto [zł] 11,07 Energia kc [kcal] 1 999,80 Białko ogółem [g] 55,00 Tłuszcz [g] 72,90 Węglowodany ogółem [g] 287,60 Wapń [mg] 602,20 Żelazo [mg] 9,10 Potas [mg] 2 470,30 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 1 068,90 Witamina D [ug] 1,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 760,20 Witamina B6 [mg] 1,50 Witamina C [mg] 63,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 34,50 Błonnik pokarmowy [g] 20,80 suma cukrów prostych [g] 70,50
	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 11,92 Wartość brutto [zł] 11,99 Energia kc [kcal] 2 322,20 Białko ogółem [g] 87,80 Tłuszcz [g] 60,80 Węglowodany ogółem [g] 363,00 Wapń [mg] 738,20 Żelazo [mg] 11,00 Potas [mg] 3 554,80 Sól [g] 14,80 Fosfor [mg] 1 455,60 Witamina D [ug] 3,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 764,50 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 70,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,30 Błonnik pokarmowy [g] 28,60 suma cukrów prostych [g] 76,50

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) połędwica z ind 40,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 10,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Makaron na mleku w proszku DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Barszcz z ziemniakami DZ 250,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ 80,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) połędwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	biskopki 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 30,00 g (SOJ,) pomidory 30,00 g
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 10,92 Wartość brutto [zł] 10,99 Energia kc [kcal] 1 894,70 Białko ogółem [g] 67,50 Tłuszcz [g] 52,80 Węglowodany ogółem [g] 293,00 Wapń [mg] 580,10 Żelazo [mg] 8,50 Potas [mg] 2 709,50 Sól [g] 12,30 Fosfor [mg] 1 116,80 Witamina D [ug] 1,00 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 961,70 Witamina B6 [mg] 1,70 Witamina C [mg] 56,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,90 Błonnik pokarmowy [g] 21,70 suma cukrów prostych [g] 76,30
	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 9,89 Wartość brutto [zł] 9,95 Energia kc [kcal] 1 836,50 Białko ogółem [g] 70,40 Tłuszcz [g] 36,00 Węglowodany ogółem [g] 314,10 Wapń [mg] 237,20 Żelazo [mg] 10,10 Potas [mg] 2 852,90 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 1 051,30 Witamina D [ug] 2,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 511,00 Witamina B6 [mg] 2,10 Witamina C [mg] 65,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 9,30 Błonnik pokarmowy [g] 27,60 suma cukrów prostych [g] 58,10

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) połędwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)	Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połędwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)	Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) Surówka z kiszzonej kapusty. 150,00 g Marchew z wody dodatek do II dania 80,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jabłka 200,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow, tłuszczu i	Wartość netto [zł] 11,04 Wartość brutto [zł] 11,07 Energia kc [kcal] 1 829,30 Białko ogółem [g] 77,50 Tłuszcz [g] 38,90 Węglowodany ogółem [g] 299,80 Wapń [mg] 497,70 Żelazo [mg] 10,70 Potas [mg] 3 347,70 Sól [g] 14,50 Fosfor [mg] 1 247,40 Witamina D [ug] 2,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 540,90 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 80,30 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 11,10 Błonnik pokarmowy [g] 30,60 suma cukrów prostych [g] 29,20
	D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 11,90 Wartość brutto [zł] 11,94 Energia kc [kcal] 1 922,30 Białko ogółem [g] 78,60 Tłuszcz [g] 56,80 Węglowodany ogółem [g] 281,90 Wapń [mg] 616,90 Żelazo [mg] 13,40 Potas [mg] 3 774,40 Sól [g] 15,00 Fosfor [mg] 1 516,50 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 205,40 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 97,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 16,30 Błonnik pokarmowy [g] 40,60 suma cukrów prostych [g] 33,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Galaretka jarska. 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Galaretka jarska. 150,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

		SUMA
2024-01-13 sobota	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 10,33 Wartość brutto [zł] 10,37 Energia kc [kcal] 1 894,00 Białko ogółem [g] 62,80 Tłuszcz [g] 46,40 Węglowodany ogółem [g] 318,90 Wapń [mg] 239,20 Żelazo [mg] 11,60 Potas [mg] 3 469,70 Sól [g] 14,50 Fosfor [mg] 982,20 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 369,50 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 119,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,90 Błonnik pokarmowy [g] 39,10 suma cukrów prostych [g] 27,10</p>
	D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 9,73 Wartość brutto [zł] 9,80 Energia kc [kcal] 1 899,90 Białko ogółem [g] 61,40 Tłuszcz [g] 45,10 Węglowodany ogółem [g] 321,00 Wapń [mg] 226,50 Żelazo [mg] 10,70 Potas [mg] 3 030,40 Sól [g] 14,50 Fosfor [mg] 952,70 Witamina D [ug] 3,60 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 3 356,40 Witamina B6 [mg] 2,20 Witamina C [mg] 88,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,70 Błonnik pokarmowy [g] 32,50 suma cukrów prostych [g] 58,80</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	<p>płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml</p>
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	<p>suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)</p>		<p>płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D8 O zmienionej konsystencji-płynna,wzmocniona	<p>Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70</p>
	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	<p>Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,) Makaron na mleku w proszku 250,00 ml (GLU, JAJ, MLE,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g (MLE,) Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)
	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) połudwica z ind 50,00 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,) keczup 15,00 g (SOJ, SEL, GOR,)		Barszcz z ziemniakami. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Schab gotowany w sosie koperkowym. 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kasza jęczmienna na sypko. 160,00 g (GLU, ORZ,) sałatka z marchwi i jabłka 150,00 g Kompot z jabłek. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g
	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kiełbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 15,38 Wartość brutto [zł] 15,46 Energia kc [kcal] 2 536,70 Białko ogółem [g] 108,90 Tłuszcz [g] 67,90 Węglowodany ogółem [g] 379,40 Wapń [mg] 990,10 Żelazo [mg] 12,20 Potas [mg] 4 137,20 Sól [g] 15,70 Fosfor [mg] 1 760,00 Witamina D [ug] 4,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 834,60 Witamina B6 [mg] 2,70 Witamina C [mg] 86,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,20 Błonnik pokarmowy [g] 29,40 suma cukrów prostych [g] 78,20
	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 9,38 Wartość brutto [zł] 9,44 Energia kc [kcal] 1 856,40 Białko ogółem [g] 59,90 Tłuszcz [g] 44,50 Węglowodany ogółem [g] 310,50 Wapń [mg] 177,10 Żelazo [mg] 9,80 Potas [mg] 2 725,90 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 911,10 Witamina D [ug] 3,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 2 578,60 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 61,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,60 Błonnik pokarmowy [g] 27,50 suma cukrów prostych [g] 56,10

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-13 sobota	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)
	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-13 sobota	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	
	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-13 sobota	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20
	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D1 Podstawowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) chleb pszenny 50,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) salceson 70,00 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,) pomidory 50,00 g Ryż na mleku w proszku. 250,00 ml (MLE,)		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kotlet schabowy. 80,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) Ziemniaki. 200,00 g Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150,00 g Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) salceson 60,00 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,) pomidory 40,00 g Ryż na mleku w proszku DZ 200,00 ml (MLE,)		Rosół z makaronem DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kotlet schabowy DZ. 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100,00 g Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D1 Podstawowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką 60,00 g (MLE,) ogórek świeży 50,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	Kisiel z jabłkiem DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg z zieloną cebulką 50,00 g (MLE,) ogórek świeży 40,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 30,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D1 Podstawowa	<p> Wartość netto [zł] 11,42 Wartość brutto [zł] 11,48 Energia kc [kcal] 2 277,40 Białko ogółem [g] 83,70 Tłuszcz [g] 70,00 Węglowodany ogółem [g] 331,60 Wapń [mg] 675,20 Żelazo [mg] 10,90 Potas [mg] 3 417,20 Sól [g] 13,80 Fosfor [mg] 1 331,70 Witamina D [ug] 3,70 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 978,40 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 133,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,30 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 66,20 </p>
	D1 DZ Podstawowa -dzieci	<p> Wartość netto [zł] 9,78 Wartość brutto [zł] 9,84 Energia kc [kcal] 1 810,30 Białko ogółem [g] 60,70 Tłuszcz [g] 57,20 Węglowodany ogółem [g] 266,40 Wapń [mg] 531,90 Żelazo [mg] 7,70 Potas [mg] 2 698,80 Sól [g] 12,10 Fosfor [mg] 962,20 Witamina D [ug] 0,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 833,40 Witamina B6 [mg] 1,80 Witamina C [mg] 111,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,00 Błonnik pokarmowy [g] 17,90 suma cukrów prostych [g] 71,10 </p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D2 Łatwostrawna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g Ryż na mleku w proszku. 250,00 ml (MLE,)		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 40,00 g (SOJ,) pomidory 40,00 g Ryż na mleku w proszku DZ 200,00 ml (MLE,)		Rosół z makaronem DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany DZ 120,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki DZ 190,00 g Buraczki zasmażne DZ 100,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D2 Łatwostrawna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z zielonym koperkiem 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Kisiel z jabłkiem DZ 200,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 40,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) masło ekstra 82 % tłuszczu 10,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 30,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 30,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D2 Łatwostrawna	Wartość netto [zł] 12,27 Wartość brutto [zł] 12,32 Energia kc [kcal] 2 231,50 Białko ogółem [g] 92,90 Tłuszcz [g] 65,90 Węglowodany ogółem [g] 320,00 Wapń [mg] 662,30 Żelazo [mg] 11,80 Potas [mg] 3 767,90 Sól [g] 14,60 Fosfor [mg] 1 448,10 Witamina D [ug] 4,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 170,30 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 87,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,00 Błonnik pokarmowy [g] 22,80 suma cukrów prostych [g] 72,00
	D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	Wartość netto [zł] 10,36 Wartość brutto [zł] 10,42 Energia kc [kcal] 1 816,60 Białko ogółem [g] 71,40 Tłuszcz [g] 54,90 Węglowodany ogółem [g] 262,70 Wapń [mg] 522,90 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 043,60 Sól [g] 12,90 Fosfor [mg] 1 129,30 Witamina D [ug] 1,40 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 952,40 Witamina B6 [mg] 2,00 Witamina C [mg] 78,80 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,70 Błonnik pokarmowy [g] 17,70 suma cukrów prostych [g] 75,30

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 10,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU,) Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		herbata z cukrem 200,00 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>) chleb pszenny 100,00 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>) margaryna śniadaniowa 10,00 g (<i>MLE,</i>) Twaróg z zielonym koperkiem 60,00 g (<i>MLE,</i>) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>) margaryna śniadaniowa 10,00 g (<i>MLE,</i>) szynka got. wieprz. 40,00 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>) pomidory 40,00 g
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i		Herbata b/c 200,00 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>) chleb pszenny 100,00 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>) margaryna śniadaniowa 10,00 g (<i>MLE,</i>) Twaróg z zielonym koperkiem 60,00 g (<i>MLE,</i>) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>) margaryna śniadaniowa 10,00 g (<i>MLE,</i>) szynka got. wieprz. 40,00 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	Wartość netto [zł] 10,73 Wartość brutto [zł] 10,78 Energia kc [kcal] 1 816,00 Białko ogółem [g] 80,30 Tłuszcz [g] 42,50 Węglowodany ogółem [g] 281,10 Wapń [mg] 243,30 Żelazo [mg] 11,10 Potas [mg] 3 190,40 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 1 108,10 Witamina D [ug] 3,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 932,80 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 83,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 12,20 Błonnik pokarmowy [g] 22,10 suma cukrów prostych [g] 56,60
	D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	Wartość netto [zł] 11,82 Wartość brutto [zł] 11,85 Energia kc [kcal] 1 820,70 Białko ogółem [g] 87,30 Tłuszcz [g] 45,40 Węglowodany ogółem [g] 269,70 Wapń [mg] 504,00 Żelazo [mg] 11,70 Potas [mg] 3 695,00 Sól [g] 14,50 Fosfor [mg] 1 304,90 Witamina D [ug] 3,20 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 962,90 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 99,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 14,10 Błonnik pokarmowy [g] 25,20 suma cukrów prostych [g] 29,90

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150,00 g Buraczki z wody jako II jarzyna 80,00 g Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g	Jabłko pieczone 150,00 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,)	Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany- nerkowa. 75,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D5 Łatw.z ográn.łatwo przys. węglowodanów		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb graham 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z zielonym koperkiem 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb graham 60,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu		Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250,00 g (GLU, JAJ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów	Wartość netto [zł] 12,20 Wartość brutto [zł] 12,23 Energia kc [kcal] 1 859,40 Białko ogółem [g] 86,40 Tłuszcz [g] 59,60 Węglowodany ogółem [g] 249,00 Wapń [mg] 555,60 Żelazo [mg] 13,70 Potas [mg] 4 042,40 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 1 537,80 Witamina D [ug] 4,10 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 080,00 Witamina B6 [mg] 2,60 Witamina C [mg] 155,70 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,00 Błonnik pokarmowy [g] 36,00 suma cukrów prostych [g] 29,20
	D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	Wartość netto [zł] 14,89 Wartość brutto [zł] 14,92 Energia kc [kcal] 1 869,90 Białko ogółem [g] 55,90 Tłuszcz [g] 37,50 Węglowodany ogółem [g] 334,00 Wapń [mg] 194,90 Żelazo [mg] 11,50 Potas [mg] 3 989,40 Sól [g] 12,50 Fosfor [mg] 857,60 Witamina D [ug] 2,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 878,70 Witamina B6 [mg] 2,40 Witamina C [mg] 210,00 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,90 Błonnik pokarmowy [g] 32,30 suma cukrów prostych [g] 25,50

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany- nerkowa. 75,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) sok bobofrut b/c 300,00 ml

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Kopytka ziemniaczane- nerkowa. 250,00 g (GLU, JAJ,) sałata zielona 15,00 g	sok bobofrut b/c 300,00 ml
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D7 Łatwostr. z ogr. białka i sodu	<p>Wartość netto [zł] 14,35 Wartość brutto [zł] 14,40 Energia kc [kcal] 1 864,10 Białko ogółem [g] 54,50 Tłuszcz [g] 36,10 Węglowodany ogółem [g] 333,30 Wapń [mg] 181,90 Żelazo [mg] 10,60 Potas [mg] 3 540,30 Sól [g] 12,50 Fosfor [mg] 827,40 Witamina D [ug] 2,80 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 865,40 Witamina B6 [mg] 2,30 Witamina C [mg] 179,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 10,70 Błonnik pokarmowy [g] 25,60 suma cukrów prostych [g] 55,00</p>
	D8 O zmienionej konsystencji-płynna, wzmocniona	<p>Wartość netto [zł] 16,09 Wartość brutto [zł] 16,11 Energia kc [kcal] 1 885,70 Białko ogółem [g] 84,50 Tłuszcz [g] 54,40 Węglowodany ogółem [g] 273,00 Wapń [mg] 177,80 Żelazo [mg] 8,70 Potas [mg] 3 688,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 261,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 932,60 Witamina B6 [mg] 2,80 Witamina C [mg] 162,60 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 19,00 Błonnik pokarmowy [g] 25,50 suma cukrów prostych [g] 8,70</p>

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	suchary 30,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) płynna/sonda/papka śniadanie 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,)		płynna/sonda/papka obiad 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Kompot z jabłek b/c. 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt naturalny 150,00 ml (MLE,)
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g Ryż na mleku w proszku. 250,00 ml (MLE,)		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) jogurt truskawkowy 150,00 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna		płynna/sonda/papka kolacja 450,00 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GRZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Twaróg z zielonym koperkiem 60,00 g (MLE,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D9 O zmienionej konsystencji papka półpłynna	Wartość netto [zł] 10,61 Wartość brutto [zł] 10,63 Energia kc [kcal] 1 852,70 Białko ogółem [g] 90,90 Tłuszcz [g] 56,30 Węglowodany ogółem [g] 255,00 Wapń [mg] 432,80 Żelazo [mg] 8,90 Potas [mg] 3 988,90 Sól [g] 5,10 Fosfor [mg] 1 444,40 Witamina D [ug] 2,50 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 956,60 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 87,10 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 20,80 Błonnik pokarmowy [g] 22,50 suma cukrów prostych [g] 17,10
	D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	Wartość netto [zł] 13,37 Wartość brutto [zł] 13,42 Energia kc [kcal] 2 323,00 Białko ogółem [g] 98,50 Tłuszcz [g] 68,20 Węglowodany ogółem [g] 331,80 Wapń [mg] 863,30 Żelazo [mg] 12,10 Potas [mg] 4 036,40 Sól [g] 14,80 Fosfor [mg] 1 593,60 Witamina D [ug] 4,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 198,80 Witamina B6 [mg] 2,50 Witamina C [mg] 102,50 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,30 Błonnik pokarmowy [g] 23,30 suma cukrów prostych [g] 72,00

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D13 Bezmleczna	herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) kielbasa żywiecka dr 50,00 g (SOJ,) pomidory 50,00 g		Rosół z makaronem. 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,) Kurczak gotowany. 160,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,) Ziemniaki. 200,00 g Buraczki zasmażane. 150,00 g (GLU, MLE,) Kompot z mieszanki kompotowej 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)
	D15 Kleikowa po zabiegach	Kleikowa po zabiegu śniadanie 250,00 ml (GLU,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)		kleikowa po zabiegu obiad 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D13 Bezmleczna		herbata z cukrem 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) chleb pszenny 100,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) Kopytka ziemniaczane- nerkowa. 250,00 g (GLU, JAJ,) sałata zielona 15,00 g	chleb pszenny 70,00 g (GLU, JAJ, SOJ,) margaryna śniadaniowa 15,00 g (MLE,) szynka got. wieprz. 40,00 g (SOJ, ORZ, GOR,) pomidory 40,00 g
	D15 Kleikowa po zabiegach		kleikowa po zabiegu kolacja 250,00 ml Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) suchary 35,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D13 Bezmleczna	Wartość netto [zł] 11,16 Wartość brutto [zł] 11,21 Energia kc [kcal] 2 173,90 Białko ogółem [g] 78,90 Tłuszcz [g] 55,40 Węglowodany ogółem [g] 344,90 Wapń [mg] 209,90 Żelazo [mg] 12,70 Potas [mg] 4 139,50 Sól [g] 14,30 Fosfor [mg] 1 144,30 Witamina D [ug] 4,30 Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 1 097,00 Witamina B6 [mg] 2,90 Witamina C [mg] 113,90 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 15,70 Błonnik pokarmowy [g] 26,00 suma cukrów prostych [g] 56,00
	D15 Kleikowa po zabiegach	Wartość netto [zł] 4,37 Wartość brutto [zł] 4,40 Energia kc [kcal] 1 487,10 Białko ogółem [g] 41,10 Tłuszcz [g] 17,00 Węglowodany ogółem [g] 296,30 Wapń [mg] 81,30 Żelazo [mg] 5,60 Potas [mg] 606,90 Sól [g] Fosfor [mg] 661,00 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] Witamina B6 [mg] 0,50 Witamina C [mg] kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 1,70 Błonnik pokarmowy [g] 16,30 suma cukrów prostych [g] 1,20

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad
2024-01-14 niedziela	D16 Kleikowa przy biegunce	suchary 20,00 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,) kleikowa po biegunce śniadanie 250,00 ml		kleikowa po biegunce obiad 250,00 ml kleik. po bieg.ryż z jabłkami 350,00 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2024-01-14 niedziela	D16 Kleikowa przy biegunce		kleikowa po biegunce kolacja 250,00 ml wafle ryżowe 20,00 g Herbata b/c 200,00 ml (GLU, SEL, GOR,)	

Jadłospisy tygodniowe z 2. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-08 do dnia 2024-01-14 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-01-14 niedziela	D16 Kleikowa przy biegunce	Wartość netto [zł] 3,29 Wartość brutto [zł] 3,33 Energia kc [kcal] 1 624,70 Białko ogółem [g] 31,60 Tłuszcz [g] 5,40 Węglowodany ogółem [g] 367,80 Wapń [mg] 46,20 Żelazo [mg] 3,60 Potas [mg] 640,70 Sól [g] 0,10 Fosfor [mg] 553,20 Witamina D [ug] Witamina A (ekwiw. retinolu) [ug] 5,80 Witamina B6 [mg] 0,80 Witamina C [mg] 13,40 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 0,80 Błonnik pokarmowy [g] 14,00 suma cukrów prostych [g] 10,30