

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-04-29 poniedziałek	Polożnice Podstawa	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidor [^] 100 g filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ)	Mandarynki 150 g Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU , 6 SOJ , 5 ORZ)	Krupnik z ziemniakami [^] Podstawa 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka marchewka z ananasem [^] 150 g Kompot b.c. 300 ml Jajo sadzone 2 szt (3 JAJ)	Schab Cygański Dobra Marka 40 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 50 g	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,3 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany przyswajalne [g] 331,3 Sód [mg] 1 530,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 suma cukrów prostych [g] 111,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4
	Polożnice Latwostrawna	Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Pomidor [^] 100 g	Jabłko 1 szt Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU , 6 SOJ , 5 ORZ)	Zupa selerowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Jajo sadzone 2 szt (3 JAJ) Surówka marchewka z ananasem [^] 150 g Kompot b.c. 300 ml Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE)	Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 509,6 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany przyswajalne [g] 323,8 Sód [mg] 1 007,8 Błonnik pokarmowy [g] 44 suma cukrów prostych [g] 117,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25
	Polożnice Cukrzyca	Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Mandarynki 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Jajo sadzone 2 szt (3 JAJ) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka marchewka z ananasem [^] 150 g Kompot b.c. 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 40 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml Ogórek zielony 50 g	Mus owocowy z twarogiem 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,4 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany przyswajalne [g] 280,9 Sód [mg] 1 539,2 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 suma cukrów prostych [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4
2024-04-30 wtorek	Polożnice Podstawa	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Serek wiejski Mlekol 60 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami [^] 350 ml (1 GLU , 3 JAJ , 6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL , 10 GOR , ROŚ) Kompot b.c. 300 ml Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym [^] 120 g (1 GLU) Buraczki gotowane oprószane [^] 150 g (1 GLU) Kasza gryczana gotowana 200 g	Szynka na kartki Nikpol 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Papryka św. 50 g (10 GOR)	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 762,1 Białko ogółem [g] 126,3 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany przyswajalne [g] 377,9 Sód [mg] 1 523,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,4 suma cukrów prostych [g] 142 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

2024-04-30 wtorek	Polożnice Łatwostrawna	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Serek wiejski Mlekoop 60 g Pomidor [^] 100 g	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kompot b.c. 300 ml Wątróbka drobiowa gotowana 120 g Buraczki gotowane oprószane [^] 150 g (1 GLU) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (1 GLU)	szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g Szynka na kartki Nikopol 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 407,1 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany przyswajalne [g] 324,4 Sód [mg] 842,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 139,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6
	Polożnice Cukrzyca	Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek wiejski Mlekoop 60 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Wątróbka drobiowa gotowana 120 g Kompot b.c. 300 ml Surówka coleslaw [^] 150 g (7 MLE, 10 GOR) Kasza gryczana gotowana 200 g	Szynka na kartki Nikopol 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR)	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 331,2 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany przyswajalne [g] 284,2 Sód [mg] 1 713,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 suma cukrów prostych [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1
2024-05-01 środa	Polożnice Podstawa	Płatki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 40 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	kiwi 2 szt Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ) Kołacz z jabłkami 100 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kluski śląskie 200 g (1 GLU, 3 JAJ) Kompot b.c. 300 ml Bitka gotowana z szynki 80 g Surówka bułgarska [^] 150 g (10 GOR)	Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt Roszponka 10 g	Serek waniliowy Danio 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 719,7 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany przyswajalne [g] 382,6 Sód [mg] 990,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,4 suma cukrów prostych [g] 136,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7
	Polożnice Łatwostrawna	Płatki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 40 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Jabłko 1 szt Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ) Kołacz z jabłkami 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kluski śląskie 200 g (1 GLU, 3 JAJ) Kompot b.c. 300 ml bukiet warzyw gotowany [^] 150 g Bitka gotowana z szynki 80 g	Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt	Serek waniliowy Danio 1 szt Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 786,5 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany przyswajalne [g] 367 Sód [mg] 399,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 suma cukrów prostych [g] 133,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

2024-05-01 środa	Polożnice Cukrzyca	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Schab kasztelana Chabura 40 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kluski śląskie 200 g (1 GLU , 3 JAJ) Kompot b.c. 300 ml Surówka bułgarska [^] 150 g (10 GOR) Bitka gotowana z szynki 80 g	Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Roszponka 10 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 130,8 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany przyswajalne [g] 271,4 Sód [mg] 1 115,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,3 suma cukrów prostych [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8
	Polożnice Podstawa	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ser żółty Maluta 40 g (7 MLE) Papryka konserwowa 100 g (10 GOR)	Gruszka 150 g Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Kompot b.c. 300 ml Filet z dorsza oprószony [^] 100 g (1 GLU , 10 GOR) Groszek gotowany 150 g (ROŚ)	Rzodkiewka 50 g Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 737,4 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany przyswajalne [g] 330,2 Sód [mg] 1 624,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,7 suma cukrów prostych [g] 95 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42
	Polożnice Łatwostrawna	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Pomidor [^] 100	Banan 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Kompot b.c. 300 ml Filet z dorsza parowany 100 g Groszek gotowany 150 g (ROŚ) Sos koperkowy - dieta . 80 ml (7 BIA , 1 GLU)	Salata lodowa 10 Pomidory koktajlowe 40 Twarożek 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,8 Białko ogółem [g] 125,4 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany przyswajalne [g] 345 Sód [mg] 462,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 suma cukrów prostych [g] 123,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2
2024-05-02 czwartek	Polożnice Cukrzyca	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Papryka konserwowa 100 g (10 GOR)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Gruszka 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Filet z dorsza parowany 100 g Kompot b.c. 300 ml Surówka z pora i jabłka [^] 150 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Sos koperkowy - dieta . 80 ml (7 BIA , 1 GLU)	Rzodkiewka 50 g Twarożek 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,3 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany przyswajalne [g] 282,4 Sód [mg] 1 875,2 Błonnik pokarmowy [g] 56,9 suma cukrów prostych [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

2024-05-03 piątek	Polożnice Podstawa	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Kakao b/c 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) miód królowa pszczół 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 100 g Serek waniliowy President 60 g	Pomarańcza 150 g Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ) Ciasto jogurtowe 100	Zupa jarzynowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, ROŚ) Rolada wieprzowa z sosem pieczeniowym 120g 1 Por (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Kluski śląskie 200 g (1 GLU, 3 JAJ) Kapusta czerwona duszona z boczkiem [^] 150 g (6 SOJ) Kompot b.c. 300 ml	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 40 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 688,1 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany przyswajalne [g] 342,5 Sód [mg] 1 476,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 suma cukrów prostych [g] 122 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7
	Polożnice Łatwostrawna	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Kakao b/c 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) miód królowa pszczół 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidor [^] 100 g Serek waniliowy President 60 g	Jabłko 1 szt Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ) Ciasto jogurtowe 100	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) bitka schabowa gotowana 100 g Kluski śląskie 200 g (1 GLU, 3 JAJ) Marchew gotowana [^] 150 g Kompot b.c. 300 ml Sos pomidorowy z koperkiem 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 40 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt rukola 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 675,7 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany przyswajalne [g] 345,2 Sód [mg] 756 Błonnik pokarmowy [g] 37,2 suma cukrów prostych [g] 128,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5
	Polożnice Cukrzyca	Kakao b/c 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek naturalny Juliko 60 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Pomarańcza 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) bitka schabowa gotowana 100 g Kluski śląskie 200 g (1 GLU, 3 JAJ) Surówka z kapusty czerwonej [^] 150 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml Sos pomidorowy z koperkiem 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 40 g Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,3 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany przyswajalne [g] 297 Sód [mg] 1 481,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,6 suma cukrów prostych [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7
2024-05-04 sobota	Polożnice Podstawa	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Mandarynki 150 g Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Bigos z kapusty kiszzonej z kielbasą i łopatką [^] 300 g (7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Kompot b.c. 300 ml Fasolka szparagowa z wody 150 g (ROŚ) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE)	Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Wędzonka staropolska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 095,1 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany przyswajalne [g] 279,1 Sód [mg] 1 725,4 Błonnik pokarmowy [g] 36 suma cukrów prostych [g] 97,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

2024-05-04 sobota	Polożnice Łatwostrawna	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Makaron gotowany z warzywami i łopatką 300 g (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, ROŚ) Kompot b.c. 300 ml Szpinak. 150 g (7 BIA, 7 MLE)	Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 563,9 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 45,7 Węglowodany przyswajalne [g] 205,4 Sód [mg] 298 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 suma cukrów prostych [g] 93,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5
	Polożnice Cukrzyca	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Mandarynki 150 g	Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Makaron razowy gotowany z warzywami i łopatką 300 g (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, ROŚ) Surówka z selera i jabłka [^] 150 g (9 SEL) Kompot b.c. 300 ml	Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 499,7 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 41,4 Węglowodany przyswajalne [g] 194,1 Sód [mg] 1 213,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 suma cukrów prostych [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1
2024-05-05 niedziela	Polożnice Podstawa	Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka z szynki duszona w sosie własnym 80 g (1 GLU) Ziemniaki z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 150 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Pasta chrzanowa 60 g (7 BIA, 7 MLE, 9 SEL) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 607,7 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 95,3 Węglowodany przyswajalne [g] 312,2 Sód [mg] 1 461,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 105,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6
	Polożnice Łatwostrawna	Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 80 g Ziemniaki z koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Kalafior gotowany 150 g Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Twarożek z koperkiem 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Serek waniliowy Danio 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,7 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany przyswajalne [g] 284,7 Sód [mg] 409,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 suma cukrów prostych [g] 99 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-05 UCK

2024-05-05 niedziela	Polożnice Cukrzyca	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 (6 SOJ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 80 g Ziemniaki z koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 150 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Twarożek z koperkiem 60 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 199 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany przyswajalne [g] 270,9 Sód [mg] 1 601,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,8 suma cukrów prostych [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9
----------------------	--------------------	---	---	---	--	---	--