

Jadłospisy w dniu 2025-03-03 02_K_ŁOWICZ

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor 90 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ, GOR) Połędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 601,3 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 382,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 630,5 Błonnik pokarmowy [g] 31 suma cukrów prostych [g] 81,2
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor 90 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ) Połędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 488,2 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 79,8
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko 150 g Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Koktajl owocowy 150 ml (MLE)	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa z zielonym groszkiem i kukurydzą 150 g (JAJ, GOR) Połędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/sałata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 460,5 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 344,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 1 625,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 53,7

2025-03-03 poniedziałek	Ł. Wątrobowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 90 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Polędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 529,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 253 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 79,7
	Ł. Wrzodowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 90 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ) Polędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 529,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 299,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 79,7
	Ł. Trzustkowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 90 g		Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ) Polędwica miodowa drobiowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 529,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 351,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 299,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 79,7
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50 g Owoc 70 g Pomidor 90 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL, S02) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Koktajl owocowy 150 ml (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ) Polędwica miodowa 30 g Sałata masłowa 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 668,5 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 373,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 1 323,1 Błonnik pokarmowy [g] 26 suma cukrów prostych [g] 82