

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-15

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynkowa wieprzowa 30g, Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g, Arbuz 350g,

Kolacja: Pizza 130g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Rukola 4Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.75 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 78.25 g; Węglowodany ogółem: 428.15 g; Błonnik pokarmowy: 42.35 g; suma cukrów prostych: 135.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.21 g; Sód: 4716.86 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynkowa wieprzowa 30g, Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Marmolada 25g,

Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot 250g, Arbuz 350g,

Kolacja: Ryż zapiekany z jabłkami 150g (**MLE**), Sos waniliowy 100ml (**GLU, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Rukola 4Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Smoothie Bracia Sadownicy 215ml 1szt (**ORZ**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.79 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodany ogółem: 410.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; suma cukrów prostych: 147.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; Sód: 4202.04 mg;

Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynkowa wieprzowa 30g, Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por, Rukola 4Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g,

Podwieczerek: Arbuz 350g,

Kolacja: Sałatka wiosenna 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.96 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 362.94 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g; suma cukrów prostych: 91.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; Sód: 4211.96 mg;

Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynkowa wieprzowa 20g, Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por, Marmolada 25g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-15

Oddział: PACJENCI

Ubogopurynowa

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem 150g (**JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g, Arbuż 350g,

Kolacja: Pizza wegetariańska 130g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rukola 4Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.34 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 444.27 g; Błonnik pokarmowy: 42.67 g; suma cukrów prostych: 151.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; Sód: 4210.64 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynkowa wieprzowa 20g, ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por, Rukola 4Por,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i ryżem 150g (**JAJ**), Ziemniaki gotowane 150g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g, Arbuż 350g,

Kolacja: Sałatka wiosenna 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1975.63 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 59.52 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.84 g; suma cukrów prostych: 86.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; Sód: 3042.23 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-16

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gospochy 30g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska 30g, Ser topiony plastry 1Por (**MLE**), Dżem 25g,

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.34 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 91.88 g; Węglowodany ogółem: 349.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; suma cukrów prostych: 136.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.50 g; Sód: 3421.43 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka gospochy 30g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami L 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet z kurczaka pieczony 150g, Sos pietruszkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g, Kompot 250g, Jabłko pieczone 150g,

Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem L 200g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ**), Pomidor 30Por, Dżem 25g,

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-16

Oddział: PACJENCI

Lekkostrawna

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.44 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 53.44 g; Węglowodany ogółem: 347.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; suma cukrów prostych: 107.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.90 g; Sód: 4166.74 mg;

Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gospochy 30g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i serem kanapkowym z kiszonym ogórkiem 1Por (**GLU, MLE**),

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet z kurczaka pieczony 150g, Sos pietruszkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g, Kompot C 250g,

Podwieczorek: Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska 25g, ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**),

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.03 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 81.48 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; suma cukrów prostych: 60.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; Sód: 5015.66 mg;

Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gospochy 20g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Ogórek kiszony 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Ser topiony plastry 1Por (**MLE**), Dżem 25g,

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.39 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g; suma cukrów prostych: 136.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.65 g; Sód: 3356.08 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gospochy 20g, Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet z kurczaka pieczony 150g, Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g, Kompot C 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**),

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1845.85 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 60.65 g; Węglowodany ogółem: 250.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g; suma cukrów prostych: 56.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.61 g; Sód: 3808.75 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-17

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-17

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Udziec kurczaka smażony 150Por, Sos rumiany 100g (**GLU**), Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Sałata 1Por, Papyryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.43 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 98.36 g; Węglowodany ogółem: 305.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; suma cukrów prostych: 99.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.25 g; Sód: 4614.56 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), serek śremski 40g (**MLE**), pomidory 50g,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 150Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (**JAJ, GOR**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.28 kcal; Białko ogółem: 115.79 g; Tłuszcz: 82.82 g; Węglowodany ogółem: 289.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.37 g; suma cukrów prostych: 86.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; Sód: 4024.98 mg;

Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa budyniowa C 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), ser żółty 25g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 150Por, Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane C 150g, Kompot C 250g,

Podwieczorek: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Sałata 1Por, Papyryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.96 kcal; Białko ogółem: 121.88 g; Tłuszcz: 99.66 g; Węglowodany ogółem: 292.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; suma cukrów prostych: 64.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.09 g; Sód: 4538.87 mg;

Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), ser żółty 20g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, serek śremski 30g (**MLE**), Pomidor 30Por,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 150Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Sałata 1Por, Papyryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-17

Oddział: PACJENCI

Ubogopurynowa

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.53 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 90.70 g; Węglowodany ogółem: 306.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; suma cukrów prostych: 100.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.20 g; Sód: 4260.94 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Zupa budyniowa C 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), serek śremski 35g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 150Por , Ziemniaki gotowane 150g , Buraczki gotowane C 150g , Kompot C 250g , Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Sałata 1Por , Papryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Posiłek nocny: Nektaryna 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2010.47 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 83.55 g; Węglowodany ogółem: 224.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g; suma cukrów prostych: 48.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.68 g; Sód: 3372.32 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-18

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g , serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Rzodkiewki 1Por , Roszponka 4Por ,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g (**SEL**), Sos rumiany 100g (**GLU**), Kopytka ziemniaczane 250g (**GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g , Galaretka owocowa 150g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), ser żółty 25g (**MLE**), Pasztet wieprzowy 1Por (**GLU, SOJ, SEL**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Arbuz 350g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.63 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 72.40 g; Węglowodany ogółem: 350.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; suma cukrów prostych: 110.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; Sód: 3764.69 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g , serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por , Roszponka 4Por ,

Obiad: Barszcz czysty 250ml (**SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g (**SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane 250g (**GLU, JAJ**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot 250g , Galaretka owocowa 150g ,

Kolacja: Sałata z pomidorem 150g (**MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 40g (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 30g (**MLE**),

Posiłek nocny: Arbuz 350g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.57 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 58.41 g; Węglowodany ogółem: 326.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 108.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; Sód: 3387.23 mg;

Cukrzycowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-18

Oddział: PACJENCI

Cukrzycowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g , serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Rzodkiewki 1Por , Roszponka 4Por ,
2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g (**SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane 150g (**GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g ,
- Podwieczorek: Nektaryna 100g ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 40g (**SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por , Rzodkiewki 1Por , Sałata 1Por ,
- Posiłek nocny: Arbuz 350g ,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2273.70 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 309.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; suma cukrów prostych: 73.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; Sód: 3972.45 mg;

Ubogopurynowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 20g , serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Rzodkiewki 1Por , Roszponka 4Por , Dżem 25g ,
- Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g (**SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane 250g (**GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g , Galaretka owocowa 150g ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), ser żółty 25g (**MLE**), Paprykarz rybny 1Por (**RYB**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,
- Posiłek nocny: Arbuz 350g ,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2462.75 kcal; Białko ogółem: 105.74 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; suma cukrów prostych: 126.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; Sód: 3702.47 mg;

Niskokaloryczna

- Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 20g , serek śremski 35g (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Rzodkiewki 1Por , Roszponka 4Por ,
- Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g (**SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane 150g (**GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g , Nektaryna 100g ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por , Rzodkiewki 1Por , Sałata 1Por ,
- Posiłek nocny: Arbuz 350g ,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1989.25 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 60.86 g; Węglowodany ogółem: 281.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; suma cukrów prostych: 72.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 3255.60 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-19

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-19

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pasta twarogowa z rybą 40g (**GLU, RYB, MLE, GOR**), Sałata 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny smażony 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kiszonej kapusty 150g, Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2859.20 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 84.18 g; Węglowodany ogółem: 440.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g; suma cukrów prostych: 155.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; Sód: 3908.50 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Twarożek 40Por (**MLE**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa owocowa z makaronem 250g (**GLU**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Kompot 250g, Jabłko pieczone 150g,

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2601.42 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 444.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; suma cukrów prostych: 179.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.42 g; Sód: 3299.51 mg;

Cukrzycowa

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pasta twarogowa z rybą 40g (**GLU, RYB, MLE, GOR**), Sałata 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i serem kanapkowym z kiszonym ogórkiem 1Por (**GLU, MLE**),

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kiszonej kapusty 150g, Kompot C 250g,

Podwieczorek: Jabłko 150Por,

Kolacja: Lekka sałatka z serem feta 100g (**MLE**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), polędwica sopocka 25g (**SOJ**),

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2436.34 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 88.46 g; Węglowodany ogółem: 325.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.92 g; suma cukrów prostych: 91.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.31 g; Sód: 4958.49 mg;

Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pasta twarogowa z rybą 40g (**GLU, RYB, MLE, GOR**), Sałata 1Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por, Dżem 25g,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-19

Oddział: PACJENCI

Ubogopurynowa

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kiszanej kapusty 150g, Kompot 250g, Jabłko 150Por ,

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g (**GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.61 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 76.52 g; Węglowodany ogółem: 421.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; suma cukrów prostych: 155.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; Sód: 4168.53 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser żółty 15g (**MLE**), Pasta twarogowa z rybą 40g (**GLU, RYB, MLE, GOR**), Sałata 1Por , Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Papryka świeża 25Por ,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Surówka z kiszanej kapusty 150g, Kompot C 250g , Jabłko 150Por ,

Kolacja: Lekka sałatka z serem feta 100g (**MLE**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica sopocka 25g (**SOJ**),

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1975.17 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 69.75 g; Węglowodany ogółem: 269.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 87.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; Sód: 3643.72 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-20

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Ser topiony trójkąty 1Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por , Sałata 1Por ,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchew zasmażana 150g (**GLU, MLE**), Kompot 250g , kefir 200g 1szt (**MLE**),

Kolacja: Kielbasa śląska zasmażana z cebulą 110g (**GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), ser żółty 20g (**MLE**), serek śremski 30g (**MLE**), Pomidor z cebulką 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.08 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 86.00 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.79 g; suma cukrów prostych: 94.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.43 g; Sód: 4413.25 mg;

Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami L 40g (**MLE**), Pomidor 30Por , Sałata 1Por ,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, SEL**), Jajko sadzone 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchew gotowana 150g (**MLE**), Kompot 250g , kefir 200g 1szt (**MLE**),

Kolacja: Kurczak w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), szynka cygańska 30g , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Kiwi 1Por ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-20

Oddział: PACJENCI

Lekkostrawna

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.17 kcal; Białko ogółem: 113.72 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; suma cukrów prostych: 85.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; Sód: 4005.57 mg;

Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchew gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g,

Podwieczorek: kefir 200g 1szt (**MLE**),

Kolacja: Kurczak w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 30g (**MLE**), szynka cygańska 30g, Pomidor z cebulką 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.21 kcal; Białko ogółem: 120.19 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 304.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.35 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; Sód: 4589.07 mg;

Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Marchew zasmażana 150g (**GLU, MLE**), Kompot 250g, kefir 200g 1szt (**MLE**),

Kolacja: Sałatka pomidorowa 150g, Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), ser żółty 20g (**MLE**), serek śremski 30g (**MLE**), szynka cygańska 20g,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2169.02 kcal; Białko ogółem: 89.30 g; Tłuszcz: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 309.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.04 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Sód: 4091.59 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 35g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Zupa pomidorowa 250ml (**GLU, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Marchew gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g, kefir 200g 1szt (**MLE**),

Kolacja: Kurczak w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 30g (**MLE**), Pomidor z cebulką 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1912.67 kcal; Białko ogółem: 98.00 g; Tłuszcz: 71.19 g; Węglowodany ogółem: 234.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; suma cukrów prostych: 61.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; Sód: 3541.30 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-21

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: PACJENCI

Podstawowa

- Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Jajko w szynce w galarecie 120g (**JAJ, SOJ**), ser żółty 20g (**MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Roszponka 4Por, Papryka konserwowa 25Por (**GOR**),
- Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Rumsztyk smażony z cebulą 100g (**GLU**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por,
- Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g (**MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.52 kcal; Białko ogółem: 119.56 g; Tłuszcz: 105.61 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g; suma cukrów prostych: 100.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; Sód: 4545.75 mg;

Lekkostrawna

- Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Jajko w szynce w galarecie 120g (**JAJ, SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Roszponka 4Por, Pomidor 30Por,
- Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Budyń z musem owocowym 200g (**GLU, MLE**),
- Kolacja: Sałatka ziemniaczana L 240g (**JAJ, MLE, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por,
- Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g (**MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.23 kcal; Białko ogółem: 123.06 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; suma cukrów prostych: 123.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.90 g; Sód: 4677.55 mg;

Cukrzycowa

- Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Jajko w szynce w galarecie 120g (**JAJ, SOJ**), ser żółty 20g (**MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Roszponka 4Por, Papryka konserwowa 25Por (**GOR**),
2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g,
- Podwieczorek: Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka ziemniaczana C 250g (**JAJ, MLE, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por,
- Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.70 kcal; Białko ogółem: 128.50 g; Tłuszcz: 99.07 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; suma cukrów prostych: 68.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.14 g; Sód: 5259.16 mg;

Ubogopurynowa

- Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Warzywa w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), ser żółty 30g (**MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Roszponka 4Por, Papryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-21

Oddział: PACJENCI

Ubogopurynowa

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 30Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3549.18 kcal; Białko ogółem: 244.59 g; Tłuszcz: 125.40 g; Węglowodany ogółem: 380.55 g; Błonnik pokarmowy: 41.79 g; suma cukrów prostych: 127.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.26 g; Sód: 7999.63 mg;

Niskokaloryczna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Jajko w szynce w galarecie 120g (**JAJ, SOJ**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Roszponka 4Por, Papryka konserwowa 25Por (**GOR**),

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana C 250g (**JAJ, MLE, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.10 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 79.86 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g; suma cukrów prostych: 63.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; Sód: 3991.99 mg;