

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-29

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

- Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), serek śremski 40g ( **MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**),
- Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Kotlet mielony smażony 90g ( **GLU, JAJ**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,
- Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g ( **GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka wielkopolska 30g, Pomidor 30Por,
- Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2836.33 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 85.44 g; Węglowodany ogółem: 425.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g; suma cukrów prostych: 121.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.61 g; Sód: 3418.40 mg;

#### Lekkostrawna

- Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), serek śremski 40g ( **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 duszone 250g ( **MLE**), Brokuł gotowany 150g ( **MLE**), Kompot 250g, Sok Dawtona 330ml 330ml ( **SEL**),
- Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g ( **GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), szynka wielkopolska 30g, Pomidor 30Por,
- Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2717.82 kcal; Białko ogółem: 109.71 g; Tłuszcz: 72.22 g; Węglowodany ogółem: 418.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; suma cukrów prostych: 124.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; Sód: 3908.16 mg;

#### Cukrzycowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), serek śremski 40g ( **MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**),
2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por ( **GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g ( **GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g,
- Podwieczorek: Jabłko 150Por,
- Kolacja: Lekka sałatka z serem feta 100g ( **MLE**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), szynka wielkopolska 30g, Pomidor 30Por, ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE**),
- Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE**),
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.41 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 59.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.75 g; Sód: 4217.51 mg;

#### Ubogopurynowa

- Śniadanie: Zupa mleczna kaszką manną z musem owocowym 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka gotowana 20g ( **SOJ**), serek śremski 40g ( **MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**), Marmolada 25g,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-29

### Oddział: PACJENCI

#### Ubogopurynowa

Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g ( **GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Racuchy pieczone z dżemem 170g ( **GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 30g ( **MLE**), Pomidor 30Por,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.02 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 438.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.96 g; suma cukrów prostych: 139.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; Sód: 3321.13 mg;

#### Niskokaloryczna

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), szynka gotowana 20g ( **SOJ**), serek śremski 35g ( **MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**),

Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g ( **GLU, JAJ**), Ziemniaki duszone 150g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Lekka sałatka z serem feta 100g ( **MLE**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), szynka wielkopolska 25g, Pomidor 30Por,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1953.40 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 255.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.94 g; Sód: 2986.73 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-30

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka cygańska 30g, Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por, Ogórek kiszony 30Por,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Naleśniki z serem 350g ( **GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot 250g, Arbuż 350g,

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

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.82 kcal; Białko ogółem: 94.07 g; Tłuszcz: 79.57 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 139.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; Sód: 2800.16 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), szynka cygańska 30g, Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por,

Obiad: Zupa owocowa z makaronem 250g ( **GLU**), Schab duszony z warzywami 120g ( **MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z selera 150g ( **MLE, SEL**), Kompot 250g, Arbuż 350g,

Kolacja: Sałatka wiosenna L 150g ( **JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Twarożek 40Por ( **MLE**),

Posiłek nocny: Banan 1Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-30

### Oddział: PACJENCI

#### Lekkostrawna

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.16 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 55.00 g; Węglowodany ogółem: 379.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; suma cukrów prostych: 168.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.35 g; Sód: 3365.76 mg;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g , Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por , Ogórek kiszony 30Por ,

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

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot C 250g ,

Podwieczorek: Arbuz 350g ,

Kolacja: Sałatka wiosenna 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Twarożek 40Por (**MLE**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.87 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 70.62 g; Węglowodany ogółem: 316.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; suma cukrów prostych: 85.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; Sód: 4342.73 mg;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 20g , ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), ser żółty 15g (**MLE**), Pomidor 30Por , Ogórek kiszony 30Por ,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g , Kompot 250g , Arbuz 350g ,

Kolacja: Sałatka wiosenna 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Twarożek 40Por (**MLE**),

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.22 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 77.46 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g; suma cukrów prostych: 140.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; Sód: 2778.51 mg;

#### Niskokaloryczna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 20g , Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por , Ogórek kiszony 30Por ,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot C 250g , 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]: 1832.21 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 56.28 g; Węglowodany ogółem: 264.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; suma cukrów prostych: 81.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.52 g; Sód: 3363.98 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-31

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-31

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), kielbasa krakowska 30g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Papryka świeża 25Por , Ogórek zielony 30Por , Sałata 1Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz węgierski 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot 250g , Jabłko 150Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Szyunka 1Por ( **SOJ**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pasztet wieprzowy 1Por ( **GLU, SOJ, SEL**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.32 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 312.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; suma cukrów prostych: 99.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; Sód: 3951.40 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g ( **GLU, SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami L 40g ( **MLE**), Pomidor 30Por , Sałata 1Por , Dżem 25g ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw L 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz z fileta drobiowego 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot 250g , Jabłko pieczone 150g ,

Kolacja: Jajecznica na parze 140g ( **JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), Szyunka 1Por ( **SOJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2323.68 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 71.02 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; suma cukrów prostych: 110.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.19 g; Sód: 3744.55 mg;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), kielbasa krakowska 30g , Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Papryka świeża 25Por , Ogórek zielony 30Por , Sałata 1Por ,

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

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz węgierski 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU**), Buraczki gotowane C 150g , Kompot C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szyunka 1Por ( **SOJ**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), paprykarz szczeciński 25g ( **RYB**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.14 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 82.94 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; suma cukrów prostych: 64.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; Sód: 4270.87 mg;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g ( **GLU, SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Papryka świeża 25Por , Ogórek zielony 30Por , Sałata 1Por , Dżem 25g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-07-31

### Oddział: PACJENCI

#### Ubogopurynowa

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Gulasz warzywny 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Jogurt owocowy 150g (**MLE**),

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznica na parze 140g (**JAJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2297.03 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 76.69 g; Węglowodany ogółem: 323.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; suma cukrów prostych: 111.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; Sód: 4038.03 mg;

#### Niskokaloryczna

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 35g (**MLE**), Papryka świeża 25Por, Ogórek zielony 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Gulasz z fileta drobiowego 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 100g (**GLU**), Buraczki gotowane C 150g, Kompot C 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Nektaryna 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1802.83 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 55.35 g; Węglowodany ogółem: 258.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; suma cukrów prostych: 62.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.26 g; Sód: 2992.70 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-01

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Ser topiony trójkąty 1Por (**MLE**), Pomidor z cebulką 30Por, Ogórek konserwowy 30Por (**GOR**), Roszponka 4Por,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Żeberka wieprzowe smażone 110g, Sos rumiany 100g (**GLU**), Kopytka ziemniaczane 250g (**GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g, Arbuzy 350g,

Kolacja: Kurczak w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2911.88 kcal; Białko ogółem: 132.85 g; Tłuszcz: 114.42 g; Węglowodany ogółem: 355.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; suma cukrów prostych: 124.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.27 g; Sód: 4246.15 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), 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**), Marchewki gotowane 120g, Kompot 250g, Arbuzy 350g,

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

Posiłek nocny: Kiwi 1Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-01

### Oddział: PACJENCI

#### Lekkostrawna

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.57 kcal; Białko ogółem: 121.29 g; Tłuszcz: 65.96 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.75 g; suma cukrów prostych: 108.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; Sód: 3428.22 mg;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Zupa budyniowa C 225ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), serek śremski 40g ( **MLE**), Pomidor z cebulką 30Por , Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR**), 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 200g ( **GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g ,

Podwieczorek: Arbuz 350g ,

Kolacja: Kurczak w galarecie 150g ( **JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g ( **GLU, SOJ**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.06 kcal; Białko ogółem: 134.46 g; Tłuszcz: 84.11 g; Węglowodany ogółem: 337.27 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g; suma cukrów prostych: 93.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; Sód: 4318.57 mg;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa budyniowa 225ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka gotowana 20g ( **SOJ**), serek śremski 50g ( **MLE**), Pomidor z cebulką 30Por , Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR**), Roszponka 4Por ,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml ( **GLU, SEL**), Kotlet warzywny 90g ( **GLU, JAJ, MLE**), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE**), Kopytka ziemniaczane 250g ( **GLU, JAJ**), Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot 250g , Arbuz 350g ,

Kolacja: Warzywa w galarecie 150g ( **JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g ( **GLU, SOJ**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.01 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 385.32 g; Błonnik pokarmowy: 39.20 g; suma cukrów prostych: 127.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; Sód: 4335.03 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**), Pomidor z cebulką 30Por , Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR**), Roszponka 4Por ,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml ( **GLU, SEL**), Szynka wieprzowa duszona 100g ( **SEL**), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE**), Ryż gotowany 100g , Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot C 250g , Arbuz 350g ,

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

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.99 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 283.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.95 g; suma cukrów prostych: 90.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.37 g; Sód: 3615.01 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-02

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Twarożek 40Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (**SEL**), Filet rybny smażony 100g (**GLU, JAJ, RYB**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kiszonej kapusty 150g, Kompot 250g, Galaretka owocowa 150g,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.27 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 106.59 g; Węglowodany ogółem: 338.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g; suma cukrów prostych: 87.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; Sód: 4762.41 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (**JAJ, GOR**), Twarożek 40Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Sałata 1Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (**SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos koperkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Brokuł gotowany 120g (**MLE**), Kompot 250g, Galaretka owocowa 150g,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana L 240g (**JAJ, MLE, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.28 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 71.21 g; Węglowodany ogółem: 319.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; suma cukrów prostych: 89.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; Sód: 4374.37 mg;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Twarożek 40Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Sałata 1Por,

2. śniadanie: kanapka z masłem i serem żółtym z sałata 1Por (**GLU, MLE**),

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

Podwieczorek: Kiwi 1Por,

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.02 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 99.51 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.85 g; Sód: 5117.12 mg;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Twarożek 40Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Sałata 1Por,

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

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-02

### Oddział: PACJENCI

#### Ubogopurynowa

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

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2524.68 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 98.94 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.02 g; Sód: 5022.44 mg;

#### Niskokaloryczna

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Twarożek 40Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Sałata 1Por ,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (**SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Surówka z kiszonej kapusty 150g , Kompot C 250g , Kiwi 1Por ,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana C 250g (**JAJ, MLE, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Pomidor 30Por ,

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.19 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 81.46 g; Węglowodany ogółem: 267.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; suma cukrów prostych: 55.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.65 g; Sód: 4261.51 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-03

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), serek śremski 40g (**MLE**), Rzodkiewki 1Por , Ogórek zielony 30Por , Papryka świeża 25Por ,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Spaghetti po bolońsku 200g (**GLU, MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot 250g , Jabłko 150Por ,

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

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2427.58 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 340.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; suma cukrów prostych: 93.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.79 g; Sód: 4316.24 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por , Rukola 4Por , Marmolada 25g ,

Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Spaghetti po bolońsku 200g (**GLU, MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot 250g , Budyń z musem owocowym 200g (**GLU, MLE**),

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

Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2677.50 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 63.43 g; Węglowodany ogółem: 448.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; suma cukrów prostych: 151.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Sód: 3885.34 mg;



## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-03

### Oddział: PACJENCI

#### Cukrzycowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), serek śremski 40g (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka świeża 25Por,
2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),
- Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Spaghetti po bolońsku 200g (**GLU, MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot C 250g,
- Podwieczorek: Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica sopocka 25g (**SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**),
- Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.30 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 83.60 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; Sód: 4310.98 mg;

#### Ubogopurynowa

- Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), serek śremski 40g (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka świeża 25Por, Marmolada 25g,
- Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Spaghetti po bolońsku 200g (**GLU, MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), polędwica sopocka 20g (**SOJ**),
- Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.96 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 77.44 g; Węglowodany ogółem: 362.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; suma cukrów prostych: 109.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; Sód: 3928.74 mg;

#### Niskokaloryczna

- Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), serek śremski 35g (**MLE**), Rzodkiewki 1Por, Ogórek zielony 30Por, Papryka świeża 25Por,
- Obiad: Krupnik 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Spaghetti po bolońsku 150g (**GLU, MLE**), Surówka z selera 150g (**MLE, SEL**), Kompot C 250g, Jabłko 150Por,
- Kolacja: Sałatka kalafiorowa 200g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), polędwica sopocka 25g (**SOJ**),
- Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml 1szt,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2056.30 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 298.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.23 g; Sód: 3531.72 mg;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-04

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-04

### Oddział: PACJENCI

#### Podstawowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Pomidor z cebulką 30Por, Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka smażony 150Por, Sos rumiany 100g (**GLU**), Ziemniaki gotowane 250g, Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g, ser żółty 25g (**MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.07 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 97.36 g; Węglowodany ogółem: 331.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; suma cukrów prostych: 125.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; Sód: 4575.87 mg;

#### Lekkostrawna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (**JAJ, GOR**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 150Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane 150g, Kompot 250g, Jabłko pieczone 150g,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 40g, Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por, Marmolada 25g,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.03 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 75.85 g; Węglowodany ogółem: 370.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g; suma cukrów prostych: 161.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; Sód: 4060.76 mg;

#### Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Pomidor z cebulką 30Por, Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por,

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

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 150Por, Ziemniaki gotowane 250g, Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g,

Podwieczorek: Jabłko 150Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g, ser żółty 25g (**MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Sałata 1Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.82 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 100.81 g; Węglowodany ogółem: 319.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.40 g; suma cukrów prostych: 91.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.93 g; Sód: 4700.55 mg;

#### Ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 25g (**SOJ**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Pomidor z cebulką 30Por, Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por, Dżem 25g,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 150Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot 250g, Jabłko 150Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2024-08-04

### Oddział: PACJENCI

#### Ubogopurynowa

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 20g , ser żółty 30g (**MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Sałata 1Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.12 kcal; Białko ogółem: 111.21 g; Tłuszcz: 90.00 g; Węglowodany ogółem: 347.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; suma cukrów prostych: 140.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.47 g; Sód: 4378.45 mg;

#### Niskokaloryczna

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Pomidor z cebulką 30Por , Ogórek kiszony 30Por , Roszponka 4Por ,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 150Por , Ziemniaki gotowane 150g , Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot C 250g , Jabłko 150Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka cygańska 30g , ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Sałata 1Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.52 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 77.64 g; Węglowodany ogółem: 274.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; suma cukrów prostych: 91.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; Sód: 3440.24 mg;