

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-08-26 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g jajko gotowane 60 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 250 g		barszcz biały l. 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g brokuły z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 129,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 79,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 273,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 42,1 <b>Sól</b> [g] 6,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,4
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g jajko gotowane 60 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 250 g		barszcz biały l. 350 g bitka z piersi indyka gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 925,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 112,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 18,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 247,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,1 <b>Sól</b> [g] 5,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,6
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz soku ziół (IV)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 250 g		ziemniaczana 350 g bitka z piersi indyka gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g jablko parzone 150 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 072,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 114,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 19,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 283,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 76,2 <b>Sól</b> [g] 6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24

2024-08-26 poniedziałek

Z ogira łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g jajko gotowane 60 g	kisiel owocowy 250 g	barszcz biały l. 350 g bitka z piersi indyka gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 100 g buraki gotowane 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 213,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 110,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 15,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 334,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,3 <b>Sól</b> [g] 8,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,2
Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 946,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 15,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 238,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43 <b>Sól</b> [g] 3,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,3
Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 250 g jajko gotowane 60 g		barszcz biały l. 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 170 g brokuły z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g rzodkiewka 50 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 324,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 104,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 84,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 301,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 54,4 <b>Sól</b> [g] 6,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,7
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 50 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 250 g jajko gotowane 60 g		barszcz biały l. 350 g bitka z piersi indyka gotowana 150 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 120 <b>Białko ogółem</b> [g] 122,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 21,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 274,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 66,5 <b>Sól</b> [g] 6,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,8

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-26 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlna wieprzowa 50 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 150 g jajko gotowane 60 g	kisiel owocowy 250 g	barszcz biały l. 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 100 g brokuły z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlna drobiowa 40 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g rzodkiewka 50 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 088,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 100,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 77,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 33,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 259,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 60,7 <b>Sól</b> [g] 6,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlna wieprzowa 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki owsiane na mleku 150 g	kisiel owocowy 250 g	barszcz biały l. 350 g kotlet z piersi indyka 50 g Ziemniaki gotowane 100 g brokuły z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlna drobiowa 40 g herbata czarna 250 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 992,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 92,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 253,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 57,5 <b>Sól</b> [g] 5,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,1
2024-08-27 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiewka 50 g płatki jęczmienne na mleku 250 g herbata czarna 250 g sałata 10 g		kałafiorowa 350 g kotlet mielony 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzywna z olejem 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 894,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 81,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 58 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 278 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 48,6 <b>Sól</b> [g] 5,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,4
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiewka 50 g płatki jęczmienne na mleku 250 g herbata czarna 250 g sałata 10 g		kałafiorowa 350 g pulpety w sosie własnym 80 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzywna z olejem 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g pomidor 60 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 807 <b>Białko ogółem</b> [g] 88 <b>Tłuszcz</b> [g] 56,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 17,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 250,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 52,5 <b>Sól</b> [g] 5,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)							<p>bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g jablko parzone 150 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g herbata czarna 250 g</p> <p>koperkowa 350 g pulpety w sosie własnym 80 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g</p> <p>bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g</p> <p>jogurt naturalny 150 szt</p> <p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 946,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 56,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 284,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 71,7 <b>Sól [g]</b> 6,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,8</p>
	Z ogr łatwo przysw węgl (CIJRZYCYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiewka 50 g ziemniaczana 250 g herbata czarna 250 g sałata 10 g	wafle 20 g	kalafiorowa 350 g pulpety w sosie własnym 80 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka wielowarzywna z olejem 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 117,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 58,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 329,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43 <b>Sól [g]</b> 7,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 50,7</p>
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 946,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 238,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43 <b>Sól [g]</b> 3,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,3</p>
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiewka 50 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g herbata czarna 250 g sałata 10 g		kalafiorowa 350 g kotlet mielony 50 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzywna z olejem 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<p><b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 116 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 307,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 61,1 <b>Sól [g]</b> 6,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,1</p>

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-27 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g pasztecik drobiowy 50 szt rzodkiewka 50 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g herbata czarna 250 g salata 10 g		kalafiorowa I. 350 g pulpety w sosie własnym 80 g Ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzywna z olejem 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 250 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 872,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 95,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 19,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 252,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 63,9 <b>Sól</b> [g] 5,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,8
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g herbata czarna 250 g salata 10 g	kisiel owocowy 150 g	kalafiorowa 350 g kotlet mielony 50 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka wielowarzywna z olejem 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 807,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 85,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 57 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 253,2 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 59,3 <b>Sól</b> [g] 5,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g herbata czarna 250 g salata 10 g	kisiel owocowy 150 g	kalafiorowa I. 350 g pulpety w sosie własnym 80 g Ziemniaki gotowane 100 g surówka wielowarzywna z olejem 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Płatki owsiane na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 572,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 88 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 21,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 205,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 56,9 <b>Sól</b> [g] 4,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,9
2024-08-28 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ser topiony 50 g pomidor 60 g salata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		szczawiowa z jajkiem 350 g udko kurczaka duszone 120 g Ziemniaki gotowane 170 g sałatka wiosenna 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 188,4 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 93,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 34,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 254 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 42,4 <b>Sól</b> [g] 7,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,6

2024-08-28 środa	Łatwostrawna (II)		ryżanka 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g rzodkiewka 50 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 982 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 218,7 suma cukrów prostych [g] 40,5 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,6
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz soku żółtą (IV)		ryżanka 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 170 g buraki gotowane 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g makaron na mleku 250 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 933,3 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 274,1 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Z ogira łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chrupki kukurydziane 20 g	ryżanka 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 100 g sałata 10 g kompot 250 g rzodkiewka 50 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 86,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 293,6 suma cukrów prostych [g] 32,6 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 42,1
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-28 środa	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g ser topiony 50 g		szczawiowa z jajkiem 350 g udko kurczaka duszone 120 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g rzodkiewka 50 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 35 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 404,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 99,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 37,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 283,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 53,7 <b>Sól</b> [g] 7,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 26,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 40 g ser topiony 50 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		ryżanka 350 g udko kurczaka duszone 120 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Parówka drobiowa 70 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 278,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 102,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 38,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 246,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 51,3 <b>Sól</b> [g] 7,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 15,3
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g ser topiony 50 g	chrupki kukurydziane 20 g	szczawiowa z jajkiem 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 100 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 35 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 976,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 82,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 35,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 219,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41,1 <b>Sól</b> [g] 7,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 20,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g ser topiony 50 g	chrupki kukurydziane 20 g	ryżanka 350 g udko kurczaka gotowane 120 g Ziemniaki gotowane 100 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Parówka drobiowa 35 g ogórek kwaszony 50 g herbata czarna 250 g makaron na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 701,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 87,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 75,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 32,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 174 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 39,5 <b>Sól</b> [g] 6,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 12,9

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ser biały 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		barszcz czerwony 350 g kotlet schabowy 80 g Ziemniaki gotowane 170 g kalafor z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 992,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 89 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 21 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 292,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 49,7 <b>Sól</b> [g] 6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlna wieprzowa 40 g ser biały 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		barszcz czerwony 350 g schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 170 g kalafor z wody z bułką tartą 200 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 929,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 105,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 62,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 21,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 248,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 50,7 <b>Sól</b> [g] 5,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,4
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydził. soku żółci (IV)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g jabłko parzone 200 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		barszcz czerwony l. 350 g schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g ryż na mleku 250 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 999,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 51,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 17,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 300,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 83,6 <b>Sól</b> [g] 6,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,3
	Z ogira łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser biały 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g ziemniaczana 250 g wędlna wieprzowa 40 g	kisiel owocowy 250 g	barszcz czerwony l. 350 g schab gotowany 50 g Ziemniaki gotowane 100 g kalafor z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 196,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 23,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 328,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,2 <b>Sól</b> [g] 8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 47,5



## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g ser biały 70 g		barszcz czerwony 350 g kotlet schabowy 80 g Ziemniaki gotowane 170 g kalafior z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 324,4 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 40 g ser biały 70 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 250 g		barszcz czerwony l. 350 g schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 170 g kalafior z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,7 Białko ogółem [g] 114,6 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 276,4 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g ser biały 40 g	jabłko 1 szt	barszcz czerwony 350 g schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 100 g kalafior z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,9 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Węglowodany ogółem [g] 264,6 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-29 czwartek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g wędlna wieprzowa 40 g pomidor 60 g sałata 5 g herbata czarna 250 g płatki jęczmiennne na mleku 150 g ser biały 40 g	jabłko 1 szt	barszcz czerwony l. 350 g schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 100 g kalefior z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasztecik drobiowy 50 szt kapusta pekińska 100 g herbata czarna 250 g ryż na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 798,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 100,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 65 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 214,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 64,1 <b>Sól</b> [g] 5,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24
	2024-08-30 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 100 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g	krupnik 350 g ryba smażona 70 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 107,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 76,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 17,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 282 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 46,9 <b>Sól</b> [g] 5,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32
		Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 100 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g	krupnik 350 g ryba gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 906,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 97,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 17,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 245,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 47 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,2
		Łatwostrawna z ogr subst pobudz soku żółą (IV)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g jabłko parzone 200 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g	krupnik 350 g ryba gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlna drobiowa 40 g Zacierki na mleku 250 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 017,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 97,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 58 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 16,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 289,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 72,6 <b>Sól</b> [g] 5,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,6

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek	Z ogira łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 100 g pomidor 60 g sałata 5 g ziemniaczana 250 g herbata czarna 250 g	wafle 20 g	krupnik 350 g ryba gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 100 g sos warzywny 100 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser żółty 30 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g rzodkiewka 50 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 319,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 106,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 73,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 19,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 333,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41,3 <b>Sól</b> [g] 7,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 49,4
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 946,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 15,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 238,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43 <b>Sól</b> [g] 3,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 100 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		krupnik 350 g ryba smażona 70 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 100 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 341,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 101,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 83,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 312,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 59,3 <b>Sól</b> [g] 5,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,6
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g pasta z jajek 100 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		krupnik 350 g ryba gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 170 g sos warzywny 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Ser biały 70 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 999,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 106,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 248,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 58,4 <b>Sól</b> [g] 4,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,8

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-30 piątek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g pasta z jajek 60 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g	budyń na mleku 150 g	krupnik 350 g ryba smażona 70 g Ziemniaki gotowane 100 g sos warzywny 100 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser żółty 30 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g rzodkiewka 50 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 092,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 77,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 27,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 267,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 62,8 <b>Sól</b> [g] 5,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g pasta z jajek 60 g pomidor 60 g sałata 5 g Płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g	budyń na mleku 150 g	krupnik 350 g ryba gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 100 g sos warzywny 100 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ser żółty 30 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Ser biały 70 g herbata czarna 250 g Zacierki na mleku 150 g rzodkiewka 50 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 820,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 102,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 63,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 26,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 220,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 62,1 <b>Sól</b> [g] 4,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,1
2024-08-31 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		barszcz biały 350 g klopsiki 100 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata ze śmietaną 50 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 976 <b>Białko ogółem</b> [g] 87,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 61,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 24,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 280 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 40,1 <b>Sól</b> [g] 6,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 24,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		barszcz biały I. 350 g pulpety w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 032,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 99,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 72,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 26,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 255,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 39,7 <b>Sól</b> [g] 5,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 17,4

2024-08-31 sobota	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)		zacierkowa 350 g pulpety w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 100 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g jabłko parzone 200 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 224,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 111,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 312,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,6 <b>Sól [g]</b> 6,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,9
	Z ogra łatwo przysw węgl (CIKRZYCYCOWA)	wafle ryżowe 20 g	barszcz biały l. 350 g pulpety w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane 100 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g wędlina wieprzowa 40 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 481,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 112,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 83,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 27,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 341,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 34,3 <b>Sól [g]</b> 9,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 43,9
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 946,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 93,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 15,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 238,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43 <b>Sól [g]</b> 3,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g sałata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		klopsiki 50 g klopsiki 50 g Ziemniaki gotowane 170 g sałata z olejem 50 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-08-31 sobota	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g salata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 250 g		barszcz biały l. 350 g pulpety w sosie własnym 150 g Ziemniaki gotowane 170 g salata z olejem 50 g kompot 250 g		bułka wrocławska 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g pomidor 60 g Kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 227,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 109,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 77,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 29,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 282,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 52 <b>Sól</b> [g] 6,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 18,6
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g salata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g	wafle ryżowe 20 g	barszcz biały l. 350 g klopsiki 100 g Ziemniaki gotowane 100 g salata ze śmietaną 50 g kompot 250 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 961,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 97,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 65,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 256,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 42 <b>Sól</b> [g] 6,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g ogórek zielony 50 g salata 5 g herbata czarna 250 g kasza manna na mleku 150 g	wafle ryżowe 20 g	barszcz biały l. 350 g pulpety w sosie własnym 100 g Ziemniaki gotowane 100 g salata z olejem 50 g kompot 250 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g	bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g pomidor 60 g Kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 781,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 68,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 31,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 206,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41,1 <b>Sól</b> [g] 5,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 15,5
2024-09-01 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		pomidorowa z ryżem l. 350 g Kotlet schabowy 80 g Ziemniaki gotowane 170 g brokuły z wody z bułką tartą 150 g kompot 250 g		pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 989,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 95 <b>Tłuszcz</b> [g] 65,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 22,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 268,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41,1 <b>Sól</b> [g] 7,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,4

## Jadłospisy z 35. tygodnia, tj. od dnia 2024-08-26 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA OGÓLNA

2024-09-01 niedziela

Łatwostrawna (II)	bulka wroclawska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		pomidorowa z ryżem I. 350 g Schab gotowany 120 g sos własny 100 g Ziemniaki gotowane 170 g brokuły z wody z bulką tartą 150 g kompot 250 g		bulka wroclawska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 744,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 109,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 19,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 204,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 41,1 <b>Sól</b> [g] 5,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 20,4
Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółt (IV)	bulka wroclawska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g jabłko parzone 200 g płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g		pomidorowa z ryżem I. 350 g Schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 170 g marchewka gotowana 100 g kompot 250 g		bulka wroclawska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g kasza jęczmienna na mleku 250 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 738,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 95,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 17,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 240,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 72,7 <b>Sól</b> [g] 4,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,9
Z ogro łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g ziemniaczana 250 g herbata czarna 250 g	jabłko 1 szt	pomidorowa z ryżem I. 350 g Schab gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 100 g brokuły z wody z bulką tartą 150 g kompot 250 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g ser topiony 50 g	chleb razowy 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 2 271,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 111,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 75,2 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 25,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 310,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 49,6 <b>Sól</b> [g] 9,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 47,2
Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g kompot 250 g		ziemniaczana z dodatkiem białkowym 350 g herbata czarna 250 g	jogurt naturalny 150 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal/l] [kcal] 1 946,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 15,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 238,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43 <b>Sól</b> [g] 3,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,3

2024-09-01 niedziela	Podstawowa C1					pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g					pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 295,9 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7	
	Łatwostrawna C2					bułka wrocławska 60 g mix tłuszczowy roślinny 15 g szynka bankietowa 50 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 250 g herbata czarna 250 g					pieczywo mieszane 100 g mix tłuszczowy roślinny 15 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g kasza jęczmienna na mleku 250 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 854,1 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 220,9 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3	
	Podstawowa P1 (IV -DZI)		chrupki kukurydziane 20 g			pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g					pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 041,6 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 237,5 suma cukrów prostych [g] 42,7 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)		chrupki kukurydziane 20 g			bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g wędlina wieprzowa 40 g pomidor 60 g wędlina wieprzowa 40 g płatki owsiane na mleku 150 g herbata czarna 250 g					bułka wrocławska 30 g masło śmietankowe 5 g ser topiony 50 g	pieczywo mieszane 50 g masło śmietankowe 5 g Wędlina drobiowa 40 g rzodkiewka 50 g herbata czarna 250 g kasza jęczmienna na mleku 150 g	jogurt naturalny 150 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 801,8 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 192,9 suma cukrów prostych [g] 42,1 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3