

## Jadłospisy w dniu 2025-01-22 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja
2025-01-22 środa	Szpital Maz. dieta podstawowa	Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Margaryna 15 g Herbata 400 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 g ( <b>BIA</b> ) Szynka rzeź 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g	Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) kiełbasa szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Kompot 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 120 g	Herbata 400 ml Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Szynka staropolska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 60 g
	Szpital Maz.dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 150 g ( <b>ŻYT</b> ) Margaryna 15 g Herbata 400 ml Szynka rzeź 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Kasza kukurydziana na mleku 400 g ( <b>BIA</b> ) Owoc 1 szt	masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) kiełbasa szynkowa 30 g Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Kompot 300 ml Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Surówka z kapusty czerwonej 200 g	Pieczywo razowe 120 g ( <b>ŻYT</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka staropolska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 60 g
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	Pieczywo mieszane 150 g ( <b>GLU, ŻYT</b> ) Margaryna 15 g Herbata 400 ml Kasza kukurydziana na mleku 400 g ( <b>BIA</b> ) Szynka rzeź 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Owoc 1 szt	Kajzerka 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło śmietankowe 5 g ( <b>BIA</b> ) kiełbasa szynkowa 30 g	Kompot 300 ml Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>SEL</b> ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g ( <b>GLU</b> ) Roladka schabowa ze szpinakiem 100 g ( <b>MIĘ</b> ) Kalafior gotowany 120 g	Pieczywo pszenne 150 g ( <b>GLU</b> ) masło śmietankowe 15 g ( <b>BIA</b> ) Herbata 400 ml Szynka staropolska 50 g ( <b>MIĘ</b> ) Pomidor 60 g

## Jadłospisy w dniu 2025-01-22 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2025-01-22 środa	Szpital Maz. dieta podstawowa	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2398</b> <b>Białko ogółem [g] 122,1</b> <b>Tłuszcz [g] 51,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 382,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 43,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22</b> <b>suma cukrów prostych [g] 50,3</b> <b>Sól [g] 7,6</b> <b>WW [Por] 38,4</b>
	Szpital Maz.dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2445,4</b> <b>Białko ogółem [g] 120,5</b> <b>Tłuszcz [g] 64,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 374,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 57,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 67,4</b> <b>Sól [g] 7,3</b> <b>WW [Por] 37,5</b>
	Szpital Maz. dieta łatwostrawna	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2492,9</b> <b>Białko ogółem [g] 128,7</b> <b>Tłuszcz [g] 63,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 372,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 46,5</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 49,9</b> <b>Sól [g] 7,4</b> <b>WW [Por] 37,3</b>