

Jadłospisy w dniu 2023-11-07 KUCHNIA OGÓLNA

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2023-11-07 wtorek	IMW dieta lekkostrawna		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 40 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki jaglane na mleku 400 ml (BIA) szynka firmowa 40 g (MIĘ) pomidor bez skórki 30 g Sałata 10 g Polędwica sopocka 40 g		Kompot 300 ml zupa koperkowa 400 ml makaron gotowany 170 g twaróg (ser biały) 100 g (BIA) jabłka prażone 120 g		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g pierś wędzona z indyka 30 g szynka galicyjska 30 g (MIĘ) pomidor bez skórki 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,5 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 395,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9
	IMW dieta cukrzycowa		Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml płatki jaglane na mleku 400 ml (BIA) humus z pestkami słonecznika 50 g szynka firmowa 30 g (MIĘ) pomidor 30 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) schab pieczony w ziołach 30 g (MIĘ)	zupa koperkowa 400 ml Kompot 300 ml makaron razowy got. 170 g gulasz drobiowy 150 g surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	kisiel b/c 200 ml	Pieczywo razowe 150 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml pierś wędzona z indyka 30 g szynka galicyjska 30 g (MIĘ) papryka 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,4 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 385,1 Błonnik pokarmowy [g] 67,6 Sól [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5