

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-11 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kakao na mleku 350 ml (BIA) Szynka włoska 40 g (MIE) Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Wieprzowina marynowana pieczona w sosie własnym 100 g (MIE) Ziemniaki gotowane 170 g Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Schab pieczony w ziołach 40 g (MIE) Pomidor 30 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,1 Sól [g] 4,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka włoska 40 g (MIE) Pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Twarożek ziołowy 50 g (BIA)	Kompot 300 ml Zupa brokułowa 350 ml (SEL) Wieprzowina marynowana pieczona w sosie własnym 100 g (MIE) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z białej kapusty z koperkiem 120 g	Jogurt 100 ml (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Schab pieczony w ziołach 40 g (MIE) Pomidor 30 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,8 Białko ogółem [g] 115,9 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,6 Sól [g] 4,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7
2024-08-12 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA) kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 30 g Sałata 10 g		Kompot 300 ml Zupa cukiniowa 350 ml (BIA, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) Ryż gotowany 170 g Sałatka z pomidora 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,7 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 4,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-12 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kielbasa szynkowa 40 g Ogórek 30 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot 300 ml Zupa cukiniowa 350 ml (BIA, SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) Ryż brązowy 170 g Sałatka z pomidora 120 g	Owoc 1 szt	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 170 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 334,6 Błonnik pokarmowy [g] 58,7 Sól [g] 5,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1
2024-08-13 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Szynka firmowa 40 g (MIE) Cykoria 40 g		Kompot 300 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Sztuka mięsa gotowana 100 g (MIE) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Brokuł gotowany na parze 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIE) Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 131,3 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 275,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 3,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-13 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka firmowa 40 g (MIĘ) Sałatka wiosenna z ogórka 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka wójtka 30 g (MIĘ)	Kompot 300 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) Sztuka mięsa gotowana 100 g (MIĘ) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Ziemniaki gotowane 170 g Mizeria z jogurtem 120 g (BIA)	Serek homogenizowany 100 g (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 047,7 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 248,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 4,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34
2024-08-14 środa	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pierś wędzona z indyka 40 g Pomidor 30 g Sałata 10 g		Kompot 300 ml Zupa z zielonych warzyw 350 ml (BIA, SEL) Potrawka warzywno mięsna z cukinią 160 g (MIĘ) Makaron gotowany 170 g Bukiet warzyw 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Pasta kanapkowa z wędzonką 60 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,1 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 373,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,8 Sól [g] 4,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-14 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Piersz wędzona z indyka 40 g Pomidor 30 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Schab pieczony 30 g (MIĘ)	Kompot 300 ml Zupa z zielonych warzyw 350 ml (BIA, SEL) Potrawka warzywno mięsna z cukinią 160 g (MIĘ) Makaron razowy gotowany 170 g Surówka z marchewki z chrzanem 120 g	Galaretko owocowa 200 g	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pasta kanapkowa z wędzonką 60 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 981,1 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 251,6 Błonnik pokarmowy [g] 62,7 Sól [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8
2024-08-15 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Schab w ziołach 40 g Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony got.na parze 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 120 g (GLU)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g kiełbasa kanapkowa 50 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 105,2 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-15 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Schab w ziołach 40 g Ogórek świeży 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Twarożek ziołowy 50 g (BIA)	Kompot 300 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Kotlet mielony got.na parze 100 g (MIE) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU)	Kefir 150 ml	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kiełbasa kanapkowa 50 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,9 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 50,9 Sól [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5
2024-08-16 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) szynka wiejska 40 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (JAJ, SEL)		Kompot 300 ml Zupa zacierkowa 350 ml Filet z ryby na parze 100 g (RYB) Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Warzywa po grecku 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Dżem 25 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 172 Białko ogółem [g] 114,4 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 Sól [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-16 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pasta jajeczna 60 g (JAJ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 100 g (JAJ, SEL)	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Kompot 300 ml zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Filet z ryby na parze 100 g (RYB) Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (GLU)		Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 090,4 Białko ogółem [g] 117,8 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 304,7 Błonnik pokarmowy [g] 66,6 Sól [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6
2024-08-17 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kawa zbożowa na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójta 40 g (MIE) Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (BIA) Pieczeń rzymska 100 g (MIE, GOR) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Fasolka szparagowa z masłem 120 g (GLU)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Piersz wędzona z indyka 40 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 090,9 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 277,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 3,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-17 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka wójtka 40 g (MIĘ) Pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 50 g (BIA)	Kompot 300 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (BIA) Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza gryczana gotowana 170 g Surówka francuska 120 g (JAJ)	Jogurt 100 ml (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pierś wędzona z indyka 40 g Ogórek 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,8 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 276,6 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Sól [g] 4,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1
2024-08-18 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kakao na mleku 350 ml (BIA) kielbasa krakowska 40 g Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Zupa ryżanka z zieleciną 350 ml (SEL) Szynka pieczona 100 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 170 g Kalafior gotowany 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Schab słowiański 40 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,8 Białko ogółem [g] 134,2 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 41 Sól [g] 4,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-18 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kiełbasa krakowska 40 g Ogórek 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 30 g (MIĘ)	Kompot 300 ml Zupa ryżanka z zieleciną 350 ml (SEL) Szynka pieczona 100 g (MIĘ) Sos pieczeniowy 50 g Ziemniaki gotowane 170 g kapusta pekińska z jogurtem 120 g (BIA)	Serek homogenizowany 100 g (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Schab słowiański 40 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 027 Białko ogółem [g] 124,3 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 245,3 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sól [g] 4,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8
2024-08-19 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Kasza jaglana na mleku 350 ml (BIA) Szynka słowiańska 40 g (MIĘ) Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Ryż gotowany 170 g Marchewka gotowana 120 g (BIA, GLU)		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g twarożek z koperkiem 90 g (BIA) Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 236,9 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 333,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 4,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-19 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka słowiańska 40 g (MIĘ) Pomidor 40 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Połędwica sopocka 30 g	Kompot 300 ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty włoskiej 120 g	Owoc 1 szt	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml twarożek z koperkiem 90 g (BIA) Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,8 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Błonnik pokarmowy [g] 54 Sól [g] 6,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4
2024-08-20 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Ryż na mleku 350 ml (BIA) Schab pieczony 40 g (MIĘ) Pomidor 40 g		Kompot 300 ml Zupa krupnik 350 ml (SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 170 g Cukinia grillowana 120 g		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) bułka wrocławska 60 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Szynka drobiowa 40 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 021,9 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 273,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-08-11 do dnia 2024-08-20 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2024-08-20 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczyno razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Schab pieczony 40 g (MIĘ) Ogórek 40 g	Pieczyno razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka firmowa 30 g (MIĘ)	Kompot 300 ml Zupa krupnik 350 ml (SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka colesław 120 g (JAJ)	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Pieczyno razowe 120 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka drobiowa 40 g Pomidor 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 065,8 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,7 Sól [g] 5,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7