

Jadłospisy w dniu 2023-11-06 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2023-11-06 poniedziałek	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 owsiane na mleku 400 ml (BIA, GLU) ser biały 90 g (BIA) pomidor bez skórki 30 g Sałata 10 g Dżem 25 g		Kompot 300 ml ziemniaki gotowane 170 g zupa zacierkowa 400 ml (SEL) szynka pieczona 100 g (MIE) sos pieczeniowy 50 g fasolka szparagowa 120 g (GLU)		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) bułka wrocławska 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g Polędwica sopocka 40 g pomidor bez skórki 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,3 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 356,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 5,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5
	IMW dieta cukrzycowa	Pieczywo razowe 100 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml ser biały 90 g (BIA) pomidor 30 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ZYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) szynka wiejska 30 g	Kompot 300 ml zupa zacierkowa 400 ml (SEL) szynka pieczona 100 g (MIE) sos pieczeniowy 50 g ziemniaki gotowane 170 g surówka z białej kapusty z koperkiem 120 g	jogurt naturalny 150 g (BIA)	Pieczywo razowe 150 g (ZYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Polędwica sopocka 40 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) papryka 40 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 807,2 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 56,5 Węglowodany ogółem [g] 249,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8

P.P.H."KUDASZEWICZ"

Sulbiny, ul. Wspólna 71, 08-400, Garwolin

Oznaczenia alergenów:

BIA	- Białko mleka krowiego,
GLU	- Gluten,
JAJ	- Jaja kurze,
MIE	- Mięso wołowe,
MIE	- Mięso wieprzowe,
ORZ	- Orzechy ziemne,
ORZ	- Orzechy archaidowe,
ORZ	- Orzechy włoskie,
SEL	- Seler,
DWU	- Dwutlenek siarki / siarczyny,
RYB	- Ryby,
SKO	- Skorupiaki,
MIE	- Mięczaki,
SOJ	- Soja,
ROŚ	- Rośliny strączkowe,
GOR	- Gorczyca i produkty pochodne,
ZIA	- Ziarno sezamu,
ŁUB	- Łubin i produkty pochodne,
ŻYT	- Żyto,
KAM	- Kamut,