

Jadłospisy w dniu 2023-11-09 KUCHNIA OGÓLNA

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2023-11-09 czwartek	IMW dieta lekkostrawna		Pieczyno pszenne 100 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g kasza manna na mleku 400 ml (BIA) Polędwica sopocka 40 g miód naturalny 25 g pomidor bez skórki 40 g *dodatek warzywny 1 g		Kompot 300 ml zupa jarzynowa 400 ml (BIA, SEL) makaron gotowany 170 g brokuł gotowany 120 g sos boloński 150 g (GLU, MIĘ)		Pieczyno pszenne 150 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml cukier 15 g szynka galicyjska 40 g (MIĘ) pasta warzywna 40 g pomidor bez skórki 30 g Sałata 10 g *dodatek warzywny 1 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 291,2 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 372,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 5,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33
	IMW dieta cukrzycowa		Pieczyno razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Polędwica sopocka 40 g pomidor 40 g jabłko 1 szt *dodatek warzywny 1 g	Pieczyno razowe 50 g (ŻYT) masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 50 g (BIA)	Kompot 300 ml zupa jarzynowa 400 ml (BIA, SEL) makaron razowy gotowany 170 g sos boloński 150 g (GLU, MIĘ) surówka z marchewki z jabłkiem b/c 120 g	kefir 150 ml	Pieczyno razowe 150 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml szynka galicyjska 40 g (MIĘ) pasta warzywna 40 g rzodkiewka 30 g Sałata 10 g *dodatek warzywny 1 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 985,2 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 283,5 Błonnik pokarmowy [g] 53,1 Sól [g] 6,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8