

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-03 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Twarożek 50 g (BIA) Szynka chłopska 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 170 g (GLU, MIĘ) Ryż gotowany 180 g Buraczki 200 g (GLU)		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Ser twarogowy z czubrycą 50 g (BIA) Pomidor 100 g Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 184,7 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 90,8 Sól [g] 4,7 WW [Por] 32
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Rzodkiewka 100 g Twarożek 50 g (BIA) Maślanka 150 ml Szynka chłopska 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Kielbasa kanapkowa 30 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa ogórkowa 350 ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 170 g (GLU, MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z kapusty czerwonej 200 g	Serek wiejski 100 g (BIA)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Ser twarogowy z czubrycą 50 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Ogórek świeży 100 g Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 200,7 Białko ogółem [g] 129 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 280,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 78 Sól [g] 5,8 WW [Por] 28,3
	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g szynka wiejska 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 100 g (GLU, MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 180 g Dynia gotowana 200 g		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Pasta z marchewki 8 100 g Pomidor 80 g	Wartość energetyczna [kcal] 4 450,2 Białko ogółem [g] 172,1 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 964,6 Błonnik pokarmowy [g] 318,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 441,1 Sól [g] 21,9 WW [Por] 99,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-04 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) szynka wiejska 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka staropolska 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Szynka wiep. duszona 100 g (GLU, MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 200 g	Sok pomidorowy 200 ml	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Rzodkiewka 100 g Pasta z ciecierzycy 90 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,7 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 6,3 WW [Por] 28,2
2025-05-05 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Szynka wójta 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Filet kruchy 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Pulpety wieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Marchewka gotowana 180 g (BIA, GLU) Sos pieczeniowy 50 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g Szynka chłopska 40 g (MIĘ) Paprykarz rybny 90 g (RYB) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 966,1 Białko ogółem [g] 133,2 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 244,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sól [g] 5,9 WW [Por] 24,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Maślanka 100 ml Szynka wójta 40 g (MIĘ) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pomidor 100 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta warzywna 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Surówka wielowarzywna 180 g Kasza gryczana gotowana 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczeniowy 50 g	Kefir 100 ml (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Paprykarz rybny 90 g (RYB) Szynka chłopska 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Pomidor 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 412,7 Białko ogółem [g] 152,3 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 329,8 Błonnik pokarmowy [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 77,9 Sól [g] 6,9 WW [Por] 32,9
2025-05-06 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pomidor b/s 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Herbata 300 ml Szynka firmowa 40 g (MIĘ) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa grysikowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pulpety wieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 180 g (GLU)		Schab gotowany 40 g (MIĘ) Warzywa gotowane 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) twaróg (ser biały) 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 945,4 Białko ogółem [g] 120,7 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 4,6 WW [Por] 25,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-06 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kefir 150 ml (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Szynka firmowa 40 g (MIĘ) Rzodkiewka 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA , SEL) Surówka colesław 180 g (JAJ) Pulpety wieprzowe gotowane 100 g (GLU , MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Kompot owocowy 300 ml	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	Schab gotowany 40 g (MIĘ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ , SEL) Sałata 10 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) twaróg (ser biały) 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,9 Białko ogółem [g] 134,9 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 319,5 Błonnik pokarmowy [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 6,7 WW [Por] 31,9
2025-05-07 środa	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ , GOR) Cukinia gotowana 180 g Sos pieczeniowy 50 g		Herbata 400 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Twarożek 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,8 Białko ogółem [g] 126,1 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 236,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 34,4 Sól [g] 3,2 WW [Por] 23,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-07 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Ogórek świeży 100 g twarożek z suszonymi pomidorami 90 g (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka galicyjska 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 50 g (ZYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Surówka z marchewki z jabłkiem 180 g Sos pieczarkowy 50 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ZYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka włoska 40 g (MIĘ) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g sałatka wiosenna z ogórkiem i koperkiem 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 193 Białko ogółem [g] 138,6 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 271,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 suma cukrów prostych [g] 59,5 Sól [g] 4,5 WW [Por] 27,3
2025-05-08 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g Pomidor bs 100 g Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Filet kruchy 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Dynia gotowana 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Szynka chłopska 40 g (MIĘ) Pomidor bs 100 g Pasta warzywna 90 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 966,3 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 266,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 33,4 Sól [g] 3,7 WW [Por] 26,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-08 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 100 ml Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA)	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 50 g (BIA)	Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kompot owocowy 300 ml Kasza jęczmienna gotowana 170 g (GLU) Surówka francuska 180 g (JAJ) Roladka schabowa ze szpinakiem 110 g (MIĘ)	Jabłko 1 szt	Szynka chłopska 40 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 90 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,7 Białko ogółem [g] 129,9 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 281 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 4,4 WW [Por] 28
2025-05-09 piątek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor bs 100 g twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Miód naturalny 25 g Kasza jęczmienna na mleku 350 g (BIA, GLU) Szynka staropolska 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 170 g Warzywa po grecku 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Warzywa gotowane na parze 100 g Pierś wędzona z indyka 40 g twarożek z koperkiem 90 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 464,4 Białko ogółem [g] 165,1 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 354 Błonnik pokarmowy [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 4 WW [Por] 35,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-09 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Jogurt naturalny 150 g (BIA) Humus 50 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka z pomidora 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Herbata 400 ml	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z białej kapusty 180 g Kompot owocowy 300 ml	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	twarożek z koperkiem 90 g (BIA) Pierś wędzona z indyka 40 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 495,2 Białko ogółem [g] 155,5 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 364,8 Błonnik pokarmowy [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 101,7 Sól [g] 5,2 WW [Por] 36,5
2025-05-10 sobota	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Szynka włoska 40 g (MIE) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Dżem 25 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 170 g Pierś z kurczaka got. 100 g (MIE) Kalafior gotowany 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka wiejska 40 g (MIE) Sałata 10 g Pasta z marchewki 90 g Pomidor bs 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 968,8 Białko ogółem [g] 140,8 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 257,6 Błonnik pokarmowy [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 66,9 Sól [g] 4,3 WW [Por] 25,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-10 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor 100 g Kefir 150 ml (<i>BIA</i>) twaróg (ser biały) 90 g (<i>BIA</i>) Szynka włoska 40 g (<i>MIĘ</i>)	Masło śmietankowe 5 g (<i>BIA</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>ŻYT</i>) Szynka wójta 30 g (<i>MIĘ</i>)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 170 g Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Piers z kurczaka got. 100 g (<i>MIĘ</i>) Surówka z kapusty czerwonej 180 g	Banan 75 g	Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Szynka wiejska 40 g (<i>MIĘ</i>) Ogórki kiszane 100 g Pasta wielowarzywna 90 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 004,7 Białko ogółem [g] 133,4 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 273,2 Błonnik pokarmowy [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 4,8 WW [Por] 27,6
2025-05-11 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Ryż na mleku 350 ml (<i>BIA</i>) Pomidor bs 100 g Sałata 10 g szynka wiejska 40 g (<i>MIĘ</i>) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 70 g (<i>JAJ</i>)		Kompot owocowy 300 ml Udko kurczaka pieczone 150 g Ryż gotowany 180 g Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (<i>SEL</i>) Brokuł gotowany na parze z oliwą 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 40 g (<i>MIĘ</i>) Twarożek 90 g (<i>BIA</i>) Pomidor 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 160,3 Białko ogółem [g] 139,9 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 235,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 4,5 WW [Por] 23,8

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-11 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor 100 g Maślanka 100 ml szynka wiejska 40 g (MIĘ) Pasta jajeczna z nat. pietruski 70 g (JAJ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Filet kruchy 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 30 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 180 g (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g	Kisiel owocowy 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałatka z kuskusem i papryką konserwową 100 g Ser żółty 30 g (BIA) Szynka galicyjska 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,5 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 5,7 WW [Por] 28,4
2025-05-12 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) Szynka w siatce 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Buraczki 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 100 g kiełbasa szynkowa 40 g (MIĘ) twaróg (ser biały) 50 g (BIA) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 778,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 225,1 Błonnik pokarmowy [g] 26 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 47,2 Sól [g] 4,9 WW [Por] 22,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-03 do dnia 2025-05-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-12 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Ogórki kiszzone 100 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Szynka w siatce 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) twarożek z koperkiem 40 g (BIA) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa 350 ml (BIA , SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Surówka z pora ,marchewki i jabłka 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA)	Jogurt naturalny 150 g (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml kiełbasa szynkowa 40 g (MIĘ) twaróg (ser biały) 50 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 887,8 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 235,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 46,7 Sól [g] 5,7 WW [Por] 23,6