

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-13 niedziela	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Wędzonka krótoszyńska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) 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) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Pasta z marchewki 7 200 g Pomidor 80 g	Wartość energetyczna [kcal] 4 236,4 Białko ogółem [g] 166,8 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 897,9 Błonnik pokarmowy [g] 289,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 403,1 Sól [g] 19,4 WW [Por] 92,2	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Wędzonka krótoszyńska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Kefir 150 ml (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	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Ogórki kiszzone 90 g Pasta z ciecierzycy 80 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 956,4 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 270,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 46,4 Sól [g] 5 WW [Por] 27,1	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-14 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 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) Makaron gotowany 180 g Sos boloński 180 g (GLU , MIĘ) Marchewka gotowana 200 g (BIA , GLU)		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] 2017,9 Białko ogółem [g] 153,1 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 264,8 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 suma cukrów prostych [g] 46,8 Sól [g] 6,2 WW [Por] 26,5	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Maślanka 150 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) Sos boloński 180 g (GLU , MIĘ) Surówka wielowarzyw na 200 g Makaron razowy gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml	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] 2494,2 Białko ogółem [g] 159 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 279,7 Błonnik pokarmowy [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 77,3 Sól [g] 7 WW [Por] 27,9	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-15 wtorek	IMW dieta łatwostrawna		płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Pomidor b/s 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 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 180 g Buraczki 200 g (GLU)		Schab gotowany 40 g (MIĘ) Warzywa pieczone 120 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) twaróg (ser biały) 90 g (BIA)	Wartość energetyczna [kcal] 2313,3 Białko ogółem [g] 144,8 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Błonnik pokarmowy [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 96,4 Sól [g] 5,7 WW [Por] 33,4	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Jogurt 1 szt (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Szynka firmowa 40 g (MIĘ) Rzodkiewka 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 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 200 g (JAJ) Pulpety wieprzowe gotowane 100 g (GLU, MIĘ) Sos pomidorowy 50 g (SEL) Ziemniaki gotowane 180 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] 2295 Białko ogółem [g] 136,6 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 332,6 Błonnik pokarmowy [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 suma cukrów prostych [g] 95,6 Sól [g] 6,9 WW [Por] 33,3	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-16 środa	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 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 180 g Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Bukiet warzyw 120 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] 216,5 Białko ogółem [g] 136,4 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 280 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 3,9 WW [Por] 28	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 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 (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa zacierkowa 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) Surówka z kapusty czerwonej 200 g Sos pieczarkowy 50 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) 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] 242,7 Białko ogółem [g] 144,4 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 4,5 WW [Por] 28	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-17 czwartek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo razowe 120 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 180 g (GLU) Dynia gotowana 200 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] 2022,7 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 279,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 suma cukrów prostych [g] 33,5 Sól [g] 3,9 WW [Por] 28,3	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Maślanka 200 ml Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Pieczywo razowe 120 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 180 g (GLU) Surówka francuska 200 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] 2125,9 Białko ogółem [g] 131,6 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Błonnik pokarmowy [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 4,6 WW [Por] 29,3	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-18 piątek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor bs 100 g twaróg (ser biały) 90 g (<i>BIA</i>) Miód naturalny 25 g Kasza jęczmienna na mleku 350 g (<i>BIA, GLU</i>) Szynka staropolska 40 g (<i>MIĘ</i>)		Kompot owocowy 300 ml Zupa jarzynowa 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Filet z miruny na parze 100 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 200 g		Pieczywo pszenne 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Warzywa gotowane na parze 100 g Piers wędzona z indyka 40 g twarożek z koperkiem 90 g (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2461,5 Białko ogółem [g] 166,4 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 3,8 WW [Por] 34,4	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Jogurt 1 szt (<i>BIA</i>) Hummus 50 g Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) Sałatka z pomidora 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Herbata 400 ml	Pieczywo razowe 50 g (<i>ŻYT</i>) Pasta warzywna 50 g Masło śmietankowe 5 g (<i>BIA</i>)	Zupa grochowa 350 ml (<i>SEL, ROŚ</i>) Filet z miruny na parze 100 g (<i>RYB</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej 200 g Kompot owocowy 300 ml	Jogurt naturalny 100 g (<i>BIA</i>)	twarożek z koperkiem 90 g (<i>BIA</i>) Piers wędzona z indyka 40 g sałatka warzywna z kuskusem i mozzarellą 100 g Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2550,8 Białko ogółem [g] 158,8 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 355,1 Błonnik pokarmowy [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 60,5 Sól [g] 6,2 WW [Por] 35,3	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-19 sobota	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 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 (MIĘ) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Dżem 25 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Pierś z kurczaka got. 100 g (MIĘ) Kalafior gotowany 200 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka wiejska 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Pasta z marchewki 90 g Pomidor bs 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2034,8 Białko ogółem [g] 144 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 271,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 69,4 Sól [g] 4,6 WW [Por] 27,3	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Pomidor 100 g Kefir 150 ml (BIA) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynka wójta 30 g (MIĘ)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Zupa szpinakowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka got. 100 g (MIĘ) Surówka z marchewki z chrzanem 200 g	Banan 75 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka wiejska 40 g (MIĘ) Papryka 100 g Pasta wielowarzynna 90 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 2033,2 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 279,8 Błonnik pokarmowy [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 79,4 Sól [g] 5,4 WW [Por] 28,3	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-20 niedziela	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 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 Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) szynka wiejska 40 g (<i>MIE</i>) Kiełbasa Wielkanocna 50 g sos jogurtowo-chrzanowy 15 g (<i>BIA</i>)		Kompot owocowy 300 ml Szynka wiep. duszona 100 g (<i>GLU, MIE</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny 350 g (<i>SEL</i>) Cwikla 200 g Sos pietruszkowy 50 g (<i>BIA</i>) Ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU</i>)		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Szynka galicyjska 40 g (<i>MIE</i>) Twarożek 90 g (<i>BIA</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2253,8 Białko ogółem [g] 146,8 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 251,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 57,4 Sól [g] 5,7 WW [Por] 25,3	Salatka z brokułem, pomidorem i indykiem 100 g
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Sałata 10 g Sałatka jarzynowa 100 g (<i>JAJ, SEL</i>) Jajko gotowane 1 szt (<i>JAJ</i>) Maślanka 200 ml szynka wiejska 40 g (<i>MIE</i>) Kiełbasa Wielkanocna 50 g sos jogurtowo-chrzanowy 15 g (<i>BIA</i>)	Masło śmietankowe 5 g (<i>BIA</i>) kiełbasa szynkowa 30 g (<i>MIE</i>) Pieczywo razowe 30 g (<i>ŻYT</i>)	Kompot owocowy 300 ml Żurek z ziemniakami i kiełbasą 350 ml (<i>BIA</i>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wiosenna z rzodkiewką 200 g (<i>GLU</i>) Szynka wiep. duszona 100 g (<i>GLU, MIE</i>) Sos pietruszkowy 50 g (<i>BIA</i>) Ciasto drożdżowe 60 g (<i>GLU</i>)	Pomarańcza 1 szt	Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Sałatka wielkanocna z indykiem 100 g (<i>SEL</i>) Ser żółty 30 g (<i>BIA</i>) Paszтет domowy z żurawiną 90 g (<i>MIE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2782,5 Białko ogółem [g] 152,7 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 370,2 Błonnik pokarmowy [g] 81,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 9 WW [Por] 37,1	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-21 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g Sałata 10 g Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)		Kompot owocowy 300 ml Zupa koperkowa 350 ml (BIA, SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Fasolka szparagowa 200 g Ziemniaki gotowane 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor b/s 100 g Szynka wójta 40 g (MIĘ) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 798,4 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 203,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 37,8 Sól [g] 3,9 WW [Por] 20,4	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Ogórki kiszzone 100 g Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Kefir 150 ml (BIA) Humus 50 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka włoska 30 g (MIĘ) 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 200 g Sos pietruszkowy 50 g (BIA) Ziemniaki gotowane 180 g	Serek homogenizowany naturalny 100 g (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Szynka wójta 40 g (MIĘ) Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 077,5 Białko ogółem [g] 128,4 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 240,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 3,4 WW [Por] 24,2	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-13 do dnia 2025-04-22 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA	Posiłek nocny
2025-04-22 wtorek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml płatki ryżowe na mleku 350 ml (<i>BIA</i>) Szynka chłopska 40 g (<i>MIĘ</i>) Pomidor bs 100 g Twarożek śmietankowy 90 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g		Kompot owocowy 300 ml Zupa krem z dyni z zacierką 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Naleśniki z serem 600 g (<i>BIA, GLU, JAJ</i>) Sos jogurtowy 50 g (<i>BIA</i>) Mus z jabłek prażonych 180 g		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (<i>BIA, RYB</i>) Sałata 10 g Szynka drobiowa 40 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 922 Białko ogółem [g] 160,7 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 386,3 Błonnik pokarmowy [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9 suma cukrów prostych [g] 125,2 Sól [g] 6,3 WW [Por] 38,9	
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml sałatka z buraka i fety 100 g (<i>BIA</i>) Szynka chłopska 40 g (<i>MIĘ</i>) Maślanka 200 ml Sałata 10 g Twarożek śmietankowy 90 g (<i>BIA</i>)	Masło śmietankowe 5 g (<i>BIA</i>) Szynka rzeż 30 g (<i>MIĘ</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>ŻYT</i>)	Kompot owocowy 300 ml Zupa krem z dyni z zacierką 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Naleśniki z serem 300 g (<i>BIA, GLU, JAJ</i>) Kompot owocowy 300 ml Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 100 g (<i>BIA</i>)	Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (<i>BIA, RYB</i>) Ogórki kiszzone 100 g Sałata 10 g Szynka drobiowa 40 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna [kcal] 2 311 Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 276,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 62,1 Sól [g] 7,4 WW [Por] 28	