

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-03 czwartek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 Zacierki na mleku 350 g (<i>BIA</i>) Szynka drobiowa 40 g (<i>MIĘ</i>) Sałata 10 g Szynka w siatce 40 g (<i>MIĘ</i>)		Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Kompot owocowy 300 ml Ryż gotowany 180 g Gulasz wieprzowy 180 g (<i>GLU, MIĘ</i>) Fasolka szparagowa 180		Pieczywo pszenne 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Szynka galicyjska 40 g (<i>MIĘ</i>) Pomidor 100	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,8 Białko ogółem [g] 140,8 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 270,8 Błonnik pokarmowy [g] 29 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sól [g] 5,2 WW [Por] 27,2
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Pomidor 100 Szynka drobiowa 40 g (<i>MIĘ</i>) Sałata 10 g Jogurt naturalny 100 g (<i>BIA</i>) Szynka w siatce 40 g (<i>MIĘ</i>)	Masło śmietankowe 5 g (<i>BIA</i>) Serek wiejski 100 g Pieczywo razowe 50 g (<i>ŻYT</i>)	Kompot owocowy 300 ml Surówka wielowarzyw na 180 Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (<i>BIA, SEL</i>) Ryż brązowy 180 g Gulasz wieprzowy 180 g (<i>GLU, MIĘ</i>)	Serek homogenizowany 200 g (<i>BIA</i>)	Pieczywo razowe 120 g (<i>ŻYT</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (<i>BIA</i>) Sałata 10 g Pomidor 100 Szynka galicyjska 40 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 651 Białko ogółem [g] 172,2 Tłuszcz [g] 91,5 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Błonnik pokarmowy [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 suma cukrów prostych [g] 76,5 Sól [g] 7,5 WW [Por] 31,3
2025-04-04 piątek	IMW dieta łatwostrawna		Kasza manna na mleku 350 ml (<i>BIA, GLU</i>) twaróg (ser biały) 90 g (<i>BIA</i>) Dżem 25 g Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Pieczywo pszenne 120 (<i>GLU</i>) Herbata 300 ml Szynka staropolska 30 (<i>MIĘ</i>) Pomidor 100		Zupa kalafiorowa z ryżem 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 Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 50 g		Pasta wielowarzyw na 90 g Herbata 300 ml Pomidor 100 Pieczywo mieszane 150 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>BIA</i>) Szynka drobiowa 40 g (<i>MIĘ</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 138,3 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 4,3 WW [Por] 32,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-04 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Szynka staropolska 30 (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 (ŻYT) Herbata 300 ml Maślanka 100 ml Pomidor 100	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszanej 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos ziołowy 50 g	Mus owocowy 150 g	Pasta z tuńczyka, jajka z natką 90 g (JAJ, RYB) Herbata 300 ml Ogórek świeży 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka włoska 40 g (MIĘ) Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 473,7 Białko ogółem [g] 151,8 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 9,8 WW [Por] 29,7
2025-04-05 sobota	IMW dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) wędlina kaliska 40 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) twarożek z koperkiem 90 g (BIA) Pomidor 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml		Zupa selerowa z pomidorami 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 200 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) szynka wiejska 40 g (MIĘ) Pasta warzywna 90 g Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,7 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 3,7 WW [Por] 29,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-05 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt 1 szt (BIA) wędlina kaliska 40 g (BIA, GLU, JAJ, MIĘ, ORZ, SĘL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) twarożek z rzodkiewką 90 g (BIA) Ogórek 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa selerowa z pomidorami 350 ml (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej 200 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) kiełbasa krakowska 40 g Pasta warzywna 90 g Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,6 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 318 Błonnik pokarmowy [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 6 WW [Por] 31,7
2025-04-06 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Schab pieczony 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA)		Barszcz ukraiński z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Bitka wieprzowa duszona 100 g (MIĘ) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Marchewka gotowana 200 g (BIA, GLU) Sos pieczeniowy 50 g		Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,8 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 53,3 Sól [g] 5,6 WW [Por] 29,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-06 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Kefir 150 ml (BIA) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) Pasta z twarogu i szynki 60 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Szynka w siatce 30 g (MIĘ)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA , SEL) Bitka wieprzowa duszona 100 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z selera i jabłka 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos pieczeniowy 50 g	Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 90 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,8 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Błonnik pokarmowy [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 62,1 Sól [g] 5,2 WW [Por] 32,8
2025-04-07 poniedziałek	IMW dieta łatwostrawna		płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka galicyjska 40 g (MIĘ)		Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA , SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 300 ml Buraczki 200 g (GLU)		Twarożek 90 g (BIA) Szynka rzeź 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 444,6 Białko ogółem [g] 163,9 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 314,5 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 87,1 Sól [g] 5,6 WW [Por] 32

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-07 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 100 ml Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynka włoska 30 g (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa z cukinii z zacierką 350 ml (BIA , SEL) Gulasz drobiowy 180 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z marchewki z jabłkiem 200 g Kompot owocowy 300 ml	Mus owocowy 150 g Jabłko 1 szt	Twarożek 90 g (BIA) Szynka rzeż 40 g (MIĘ) Papryka 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,1 Białko ogółem [g] 155,4 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Błonnik pokarmowy [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 128 Sól [g] 6,1 WW [Por] 34,1
2025-04-08 wtorek	IMW dieta łatwostrawna	Płatki jaglane na mleku 350 ml (BIA) Połędwica sopocka 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Pasta z marchewki 90 g Sałata 10 g		Sos pomidorowy 50 g (SEL) Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 300 ml Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 200 g		Twaróg z koperkiem 90 (BIA) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 300 ml Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,5 Białko ogółem [g] 123,2 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 85 Sól [g] 6,3 WW [Por] 31,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-08 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt naturalny 100 g (BIA) Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Hummus 90 g Sałata 10 g	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) twarożek z koperkiem 50 g (BIA) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa krupnik z kaszą 350 ml (SEL) Pulpety drobiowe gotowane 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 300 ml Sos pomidorowy 50 g (SEL) Surówka wielowarzywna 200 g	Mandarynka 150 g	Pasta z makreli i twarogu z natką 90 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (GLU, ŻYT) Ogórek świeży 100 g Herbata 300 ml kiełbasa szynkowa 40 g Sałata 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 347,7 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 43,7 Sól [g] 6 WW [Por] 32,4
2025-04-09 środa	IMW dieta łatwostrawna	Zacierki na mleku 350 g (BIA) Pasta warzywna 90 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Szynka włoska 40 g (MIĘ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Pierogi z mięsem 300 g (GLU) Fasolka szparagowa 200 g Kompot owocowy 300 ml		Pierś wędzona z indyka 40 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Szynka rzeż 40 g (MIĘ) sałatka z buraka i fety 100 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 024,7 Białko ogółem [g] 113,8 Tłuszcz [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 43,3 Sól [g] 8,4 WW [Por] 31,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-09 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kefir 150 ml (BIA) Pasta jajeczna z nat. pietruszki 90 g (JAJ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Szynka włoska 40 g (MIĘ)	Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) Szynkowa 30 g Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 g (SEL) Udko kurczaka pieczone 150 g Kompot 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej 200 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pierś wędzona z indyka 40 sałatka z buraka i fety 100 g (BIA) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Szynka rzeź 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 503,4 Białko ogółem [g] 148,7 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 7,4 WW [Por] 31,9
2025-04-10 czwartek	IMW dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka w siatce 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA)		Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i ryżem 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Kalańior gotowany 200 g Sos pieczeniowy 50 g		Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,8 Białko ogółem [g] 171,6 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 291,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 57,7 Sól [g] 4,6 WW [Por] 29,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-10 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Salata 10 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka w siatce 40 g (MIĘ) Ogórek 100 g Maślanka 100 ml pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) szynka wójtka 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i ryżem 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej 200 g (GLU) Sos pieczeniowy 50 g	Kefir 150 ml (BIA)	Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 90 g Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,7 Białko ogółem [g] 152,3 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Błonnik pokarmowy [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 suma cukrów prostych [g] 57,5 Sól [g] 6,4 WW [Por] 29,8
2025-04-11 piątek	IMW dieta łatwostrawna		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA) Ser biały 70 g (BIA) Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Dżem 25 g Jajko gotowane 1 szt (JAJ)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Pulpety rybne 100 g (RYB) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Bukiet warzyw 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)		Pasta warzywna 80 g Herbata 300 ml Szynka drobiowa 30 g (MIĘ) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) pasta z tuńczyka, jajka i natki 70 g (JAJ, RYB)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 088,9 Białko ogółem [g] 143,3 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 5,3 WW [Por] 28,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-11 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Ser żółty 40 g (BIA) Jogurt naturalny 100 g (BIA) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Twarożek śmietankowy 50 g (BIA) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Pulpety rybne 100 g (RYB) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos koperkowy 50 g (BIA , GLU , SEL)	Jabłko 1 szt	Pasta warzywna 80 g Herbata 300 ml Serek topiony 30 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) pasta z tuńczyka, jajka i natki 70 g (JAJ , RYB)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,1 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 317,5 Błonnik pokarmowy [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 7,7 WW [Por] 31,8
2025-04-12 sobota	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 100 g płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) Szynka chłopska 50 g (MIĘ) Ser biały 40 g (BIA)		Kompot owocowy 300 ml Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (BIA , SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU , MIĘ) Buraczki 200 g (GLU) Ryż gotowany 180 g		masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Ser twarogowy z czubrycą 50 g (BIA) Pomidor 100 g Szynka drobiowa 50 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 003,3 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 232 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 5,2 WW [Por] 23,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-03 do dnia 2025-04-12 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-12 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Ogórek świeży 100 g Szynka chłopska 50 g (MIĘ) Kefir 150 ml (BIA) Pasta z fasoli 40	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Pasta kanapkowa z wędzonką 50 g Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami 150 g (GLU, MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z pora ,marchewki i jabłka 100 g	Serek wiejski 100 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Ser twarogowy z czubrycą 50 g (BIA) Pomidor 100 g Pomidor 100 g Szynka drobiowa 50 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 192,8 Białko ogółem [g] 124,1 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 262,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 55,3 Sól [g] 5,4 WW [Por] 26,4