

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-23 środa	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) Sałata 10 g Pomidor bs 100 g twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Dżem 25 g		Kompot owocowy 300 ml Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Fasolka szparagowa 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Sos pieczeniowy 50 g		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Warzywa gotowane na parze 100 g Twarożek 90 g (BIA) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 203,4 Białko ogółem [g] 135,2 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 6 WW [Por] 32
	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Sałata 10 g Kefir 150 ml (BIA) Ogórek 100 g twaróg (ser biały) 60 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Polędwica sopocka 30 g (MIĘ) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Barszcz czerwony z ziemniakami b/zab 350 g (SEL) Bitka schabowa 100 g (MIĘ) Surówka z kapusty czerwonej 200 g Sos pieczeniowy 50 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka warzywna z kuskusem 100 g (SEL) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 096,9 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 289 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 65,7 Sól [g] 7 WW [Por] 29,1
2025-04-24 czwartek	IMW dieta łatwostrawna		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor bs 100 g Zacierki na mleku 350 g (BIA) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Szynka w siatce 40 g (MIĘ)		Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 300 ml Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Klops 100 g (MIĘ) Bukiet warzyw 120 g Sos jarzynowy 50 g (SEL)		Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 309,4 Białko ogółem [g] 150,2 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 280,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 5,8 WW [Por] 28,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-24 czwartek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Pieczywo razowe 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pomidor 100 g Szynka drobiowa 40 g (MIĘ) Sałata 10 g Maślanka 100 ml Szynka w siatce 40 g (MIĘ)	Masło śmietankowe 4 g (BIA) Serek wiejski 50 g (BIA) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Kompot owocowy 300 ml Surówka wielowarzywna 200 g Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Klops 100 g (MIĘ) Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Serek homogenizowany 1 szt (BIA)	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Twarożek 90 g (BIA) Sałata 10 g Pomidor 100 g Szynka galicyjska 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 593,9 Białko ogółem [g] 163,7 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 321,2 Błonnik pokarmowy [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 76,1 Sól [g] 7,1 WW [Por] 32,1
2025-04-25 piątek	IMW dieta łatwostrawna		Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Dżem 25 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 150 g (GLU) Herbata 300 ml Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Pomidor 100 g		Zupa kalafiorowa z ryżem 350 ml (BIA, SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku 200 g Kompot owocowy 300 ml		Pasta wielowarzywna 90 g Herbata 300 ml Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,8 Białko ogółem [g] 128,7 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 63 Sól [g] 4,1 WW [Por] 31,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-25 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	twaróg (ser biały) 90 g (BIA) Szynka staropolska 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 150 g (ŻYT) Herbata 300 ml Jogurt naturalny 100 g (BIA) Pomidor 100 g	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	Mus owocowy 150 g	pasta z tuńczyka, jajka i natki 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] 2 213,4 Białko ogółem [g] 145,3 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Błonnik pokarmowy [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 53,8 Sól [g] 7,8 WW [Por] 28,6
2025-04-26 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] 2 039,1 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 5,9 WW [Por] 29,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-26 sobota	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kefir 150 ml (BIA) wędlina kaliska 40 g (BIA, GLU, JAJ, MIE, ORZ, SEL, DWU, SOJ, GOR, ZIA) twarożek z rzodkiewką 90 g (BIA) Ogórek świeży 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 (MIE) 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 Kompot owocowy 300 ml	gruszka 100 g	Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) kiełbasa krakowska 40 g (MIE) Pasta warzywna 90 g Pomidor 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 177,1 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 7 WW [Por] 31,5
2025-04-27 niedziela	IMW dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (BIA, GLU) Schab pieczony 40 g (MIE) Pomidor 100 g Sałata 10 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIE)		Barszcz ukraiński z ziemniakami 350 ml (BIA, SEL) Bitka wieprzowa 100 g (MIE) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kompot owocowy 300 ml Marchewka gotowana 200 g (BIA, GLU) Sos pieczeniowy 50 g		Polędwica sopocka 40 g (MIE) Szynka drobiowa 40 g (MIE) 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 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-27 niedziela	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Maślanka 150 ml Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) Pasta z twarogu i szynki 90 g (BIA, MIĘ) 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 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] 2 252,1 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 6,4 WW [Por] 32,1
2025-04-28 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	Wartość energetyczna[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 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-28 poniedziałek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Jogurt naturalny 150 g (BIA) 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	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	Wartość energetyczna[kcal] 2 482,6 Białko ogółem [g] 154,2 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Błonnik pokarmowy [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 117,9 Sól [g] 6,1 WW [Por] 32,9
2025-04-29 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		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 g (BIA) Filet kruchy 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Pomidor 100 g Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 074,1 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 319,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 6,2 WW [Por] 32

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-29 wtorek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kefir 150 ml (BIA) Połudwica sopocka 40 g (MIĘ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Ogórek świeży 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Humus 90 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 wielowarzyw na 120 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 (MIĘ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 338,5 Białko ogółem [g] 127,7 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 364 Błonnik pokarmowy [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 6,6 WW [Por] 36,3
2025-04-30 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) Naleśniki z serem 300 g (BIA , GLU , JAJ) Sos jogurtowy 100 g (BIA) 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) Warzywa gotowane 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,9 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 4,8 WW [Por] 25,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-04-30 środa	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Maślanka 150 ml 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 (MIĘ) Masło śmietankowe 5 g (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 350 g (SEL) twaróg (ser biały) 100 g (BIA) Kompot 300 ml Makaron razowy gotowany 200 g Jogurt naturalny 100 g (BIA)	Sok pomidorowy 200 ml	Pierś wędzona z indyka 40 g 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] 2 184,6 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 196,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 30,4 Sól [g] 7,3 WW [Por] 19,7
2025-05-01 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 pejzanka z ziemniakami ,pomidorami i ryżem 350 ml (SEL) Schab pieczony 100 g (MIĘ) Kompot owocowy 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 200 g Sos pieczeniowy 50 g		Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Szynka chłopska 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 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-01 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 Jogurt naturalny 150 g (BIA) 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 Sos pieczeniowy 50 g	Kefir 150 ml (BIA)	Szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 90 g Rzodkiewka 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 286,6 Białko ogółem [g] 148,5 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 304 Błonnik pokarmowy [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 54,6 Sól [g] 6,4 WW [Por] 30,3
2025-05-02 piątek	IMW dieta łatwostrawna		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA) Pomidor 100 g Twarożek 90 g (BIA) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Herbata 300 ml Szynka drobiowa 40 g (MIĘ)		Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Warzywa po grecku 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 300 ml Pomidor 100 g Pieczywo pszenne 120 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) pasta z tuńczyka, jajka i natki 70 g (JAJ, RYB) Szynka drobiowa 30 g (MIĘ) Pasta rybna z twarogiem i koperkiem 90 g (BIA, RYB)	Wartość energetyczna[kcal] 2 140,3 Białko ogółem [g] 153,2 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 6,4 WW [Por] 27,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-23 do dnia 2025-05-02 LUBLIN IMW

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	SUMA
2025-05-02 piątek	IMW dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Herbata 300 ml Ser żółty 40 g (BIA) Kefir 150 ml (BIA) Sałatka z pomidora 100 g	Masło śmietankowe 5 g (BIA) Twarożek śmietankowy 50 g (BIA) Pieczywo razowe 50 g (ŻYT)	Zupa jarzynowa 350 ml (SEL) Filet z miruny na parze 100 g (RYB) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z kapusty kiszonej 200 g Kompot owocowy 300 ml Sos koperkowy 50 g (BIA , GLU , SEL)	Jabłko 1 szt	Szynka drobiowa 30 g (MIĘ) Herbata 300 ml Papryka 100 g Pieczywo razowe 120 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) pasta z tuńczyka, jajka i natki 70 g (JAJ , RYB)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 412,2 Białko ogółem [g] 143,3 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 suma cukrów prostyh [g] 91,4 Sól [g] 7,7 WW [Por] 33,9