

# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**21.06.2024-30.06.2024**

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

<b>Piątek, 21 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kca 1</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż biały na mleku (*7)350ml	255	Ryż brązowy na mleku (*7)350ml	247	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112		
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Polędwica sopocka (*6+9+10) 20g	35		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść	1	Sałata 1 liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata z cukrem 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g	112		
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką (*7*9) 400ml	235	Zupa koperkowa z zacierką (*7*9) 400ml	235	Zupa koperkowa z zacierką (*7*9) 400ml	235	Zupa koperkowa z ziemniakami (*7*9) 400ml	217	Zupa koperkowa(*7*9), ziemniaki, Mintaj gotowany, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Ryba mintaj smażona po grecku (*1*4*9) 90g/50g	245	Ryba mintaj na parze po grecku (*1*4*9) 90g/50g	231	Ryba mintaj na parze po grecku (*1*4*9) 90g/50g	231	Ryba mintaj po grecku (*1*4*9) 90g/50g	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 100g	52	Cukinia gotowana z masłem (*7) 100g	55	Cukinia gotowana 100g	25	Surówka z kiszzonej kapusty z olejem rzepakowym 100g	52		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy bez cukru 250ml	18	Kompot 250ml	50
Kolacja	Pasta twarogowo-rybna (*4*7) 70g	92	Pasta twarogowo-rybna (*4*7) 70g	92	Pasta twarogowo-rybna (*4*7) 70g	92	Pasta twarogowo-rybna (*4*7) 70g	92	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Ser żółty (*7)20g	70	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19		
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	263	Cukinia gotowana 50g	7	ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml	
Nocny	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28		

<b>WARTOŚCI ODŻWICZWE</b>	Wartość energet. [kcal] 2226 Białko ogółem [g]: 93,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 309,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,67	Wartość energet. [kcal] 2120 Białko ogółem [g]: 89,34 Tłuszcz[g]: 61,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56 Węglowodany ogółem[g]: 311,34 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:23,35 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2110 Białko ogółem [g]: 88,22 Tłuszcz[g]: 60,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 310,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2002 Białko ogółem [g]: 89,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 280,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Sobota, 22 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 1szt./17g Ogórek kiszony Sałata 1 liść /5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 47 14 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 47 14 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 52 47 14 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 1szt./17g Ogórek kiszony 80g Sałata 1 liść /5g Chleb razowy (*1)100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 156 47 14 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 100g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 100g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 100g	72	Przecier owocowy z jabłka i truskawki bez cukru 100g	72		
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą (*1*3*9) 300g Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	238 452 75 50	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9)400ml Makaron z mięsem wieprzowo- drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g Banan szt./120g Kompot owocowy 250ml	238 405 110 50 5010	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Makaron z mięsem wieprzowo - drobiowym i warzywami (*1*3*7) 300g Banan 1szt./120g Kompot owocowy 250ml	238 405 110 50	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z makaronem pełnoziarnistym (*1*3*9) 300g Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy bez cukru 250ml	238 458 75 18	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Kolacja	Połędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 52 9 261 116	Połędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 52 9 263 116	Połędwica drobiowa (+6+9+10)50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 52 9 263 116	Połędwica drobiowa (+6+9+10)50g Mozzarella plaster(*7)20g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 52 9 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nočný	Jogurt owocowy (*7) 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	125 54	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	90 54		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2333 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2284 Białko ogółem [g]: 102,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2284 Białko ogółem [g]: 102,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2204 Białko ogółem [g]:100,63 Tłuszcz[g]: 65,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Niedziela, 23 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Parówki wieprzowodrobiowe 77% mięsa (*6*9+1) 100g	257	Parówki wieprzowodrobiowe 77% mięsa (*6*9+1) 100g	257	Parówki wieprzowodrobiowe 77% mięsa (*6+7+8+9+10) 60g	96	Parówki wieprzowodrobiowe 77% mięsa (*6*9+1) 100g	257		
	Kecup (*10) 20g	20	Kecup (*10) 20g	20	Dżem truskawkowy 25g	40	Kecup (*10) 20g	20		
	Rzodkiew biała 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała 80g	14		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	Herbata 250ml	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Serek homogenizowany 130g *7	100	Serek homogenizowany 130g *7	100	Serek homogenizowany 130g *7	100	Serek homogenizowany 130g *7	100		
Obiad	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem brązowym(*1*3*9) 400ml	179	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet mielony drobiowy panierowany (*1*3) 100g	304	Pulpet drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	245	Pulpet drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	245	Pulpet drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 100g/50ml	245		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g	65	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g	65	Buraczki tarte 100g	45	Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100g	64		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml	18	Kompot wieloowocowy 250ml	50
Kolacja	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 60g	98	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorem (*7) 60g	98	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*1+6+9) 20g	19	Szynka drobiowa (*6+7+9) 20g	19		
	Ogórek 100g	14	Pomidor 100g	19	Pomidor 100g	19	Ogórek 100g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
Nocny	Mus owocowy bez cukru 100g	90	Mus owocowy bez cukru 100g	90	Mus owocowy bez cukru 100g	90	Mus owocowy bez cukru 100g	90		

WARTOŚCI ODZTWICZE	Wartość energet. [kcal] 2459 Białko ogółem [g]: 112,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2324 Białko ogółem [g]: 101,66 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 322,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2198 Białko ogółem [g]: 95,3 Tłuszcz[g]: 65,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 309,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2126 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 69, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]:4,23	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
--------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK**

**21.06.2024-30.06.2024**

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Poniedziałek, 24 maja 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kca 1	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kca 1	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kca al	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca 1	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Jajko 1szt (*3) Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 70 19 40 17 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Jajko 1szt (*3) Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 70 19 40 17 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Szynka z indyka 75%(*9*10) 60g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 59 40 17 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Jajko 1szt (*3) Szynka z indyka 75%(*9*10) 40g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 70 38 17 1 221 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniadanie	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Gruszka 1 szt 150g	85		
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami (*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowym 300g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	289 432 75 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowym 300g(*1*3*7) Mus owocowy b/c 100g Kompot owocowy 250ml	178 432 54 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowym 300g(*1*3*7) Mus owocowy b/c 100g Kompot owocowy 250ml	178 432 54 50	Zupa grochowa z ziemniakami (*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowym z makaronem razowym 300g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy bez cukru 250ml	289 420 75 18	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot 250ml	625 50
Kolacja	Poładwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 261 116	Poładwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 263 116	Poładwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 263 116	Poładwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy śmietankowy (*7) 17g/1szt Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 7 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2324 Białko ogółem [g]: 99,76 Tłuszcz[g]: 73,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 302,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,76	Wartość energet. [kcal] 2224 Białko ogółem [g]: 92,78 Tłuszcz[g]: 63,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 20,11 Sól [g]: 3,12	Wartość energet. [kcal] 2214 Białko ogółem [g]: 93,02 Tłuszcz[g]: 60,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 19,03 Sól [g]: 3,12	Wartość energet. [kcal] 2126 Białko ogółem [g]: 94,23 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 32,09 Sól [g]:2,99	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Wtorek, 25 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62	Kiełbasa szynkowa wieprzowa z szynki (+1+9+10) 60g	62		
	Mozzarella (*7) 30g	76	Mozzarella (*7) 30g	76	Mozzarella (*7) 30g	76	Mozzarella (*7) 30g	76	Herbata 250ml	
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1	Salata 1 liść /5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./150g	112	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Pomarańcza 1szt./150g	112		
Obiad	Barszcz czerwony z fasolą (*7,*9) 400ml	274	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7,*9) 400ml	223	Barszcz czerwony z fasolą (*7,*9) 400ml	274	Barszcz czerwony (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pierogi z mięsem okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g	512	Pierogi z mięsem mieszanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	512	Pierogi z mięsem mieszanym okraszone masłem (*1*3*7) 6szt./250g	512	Pierogi z mięsem mieszanym okraszone masłem (*1*3*7)6szt./250g	512		
	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	46	Marchewka gotowana 100g	32	Marchewka gotowana 120g	32	Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g	46		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	40	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy b/c 250ml	18	Kompot wieloowocowy 250m	50
Kolacja	Pasta ryбно- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta ryбно-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta ryбно-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta ryбно-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Jajo gotowane 1szt./50g(*3)	70		
	Ogórek 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Herbata 250ml	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml				
Nocny	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2291 Białko ogółem [g]: 105,34 Tłuszcz[g]: 70,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 314,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2281 Białko ogółem [g]: 89,63 Tłuszcz[g]: 62,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 305,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]2281 Białko ogółem [g]: 89,63 Tłuszcz[g]: 62,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 305,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal] 2186 Białko ogółem [g]: 97,04 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 291,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Środa, 26 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 261 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbatab/c 250ml	256 263 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 62 40 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata bez cukru 250ml	256 221 116 95 35 17 1	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml  Herbata 250ml	589
II śniadanie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100		
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (*7*9) 400ml Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	265 254 142 77 50	Zupa pomidorowa z ryżem (*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1,*7,*9) 150g/30ml Ziemniaki 200g Warzywa w słupkach z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	265 194 142 61 50	Zupa pomidorowa z ryżem (*7*9) 400ml Udko z kurczaka gotowane w sosie koperkowym (*1,*7,*9) 150g/30ml Ziemniaki 200g Warzywa w słupkach z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	265 194 142 61 50	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (*7*9) 400ml Udko z kurczaka pieczone (*9) 150g Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy bez cukru 250ml	249 254 142 77 18	Zupa pomidorowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625  50
Kolacja	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 12 261 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 14 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 14 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g Serek kanapkowy (*7) 1szt./17g Ogórek kiszony 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 47 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Noce	Gruszka 100g	90	Banan 120g	90	Banan 120g	90	Gruszka 100g	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2230 Białko ogółem [g]: 99,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 312,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2124 Białko ogółem [g]: 93,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 321,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2091 Białko ogółem [g]: 89,04 Tłuszcz[g]: 62,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 319,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2105 Białko ogółem [g]:90,63 Tłuszcz[g]: 65,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Czwartek, 27 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy z suszonymi pomidorami (*1*3*9+7+6) 50g Ser żółty(*7) 20g Ogórek kiszony 14 Sałata 1 liść /5g 1 Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g 261 Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g 116 Herbata b/c 250ml	255 156 70 14 1 261 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Miód 15g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g 1 Chleb pszenny (*1)100g 263 Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g 116 Herbata b/c 250ml	255 52 40 14 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Połędwica drobiowa z majerankiem (+1+9+10+11) 60g Miód 15g Cukinia parzona 80g Sałata 1 liść /5g 1 Chleb pszenny (*1)100g 263 Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g 116 Herbata b/c 250ml	255 52 40 14 1 263 116	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Paszтет zapiekany z suszonymi pomidorami (*1*3*9+6) 50g Ser żółty (*7) 20g Ogórek kiszony 80g Sałata 1 liść /5g 1 Chleb razowy (*1)100g 221 Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g 116 Herbata b/c 250ml	255 156 70 14 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Jabłko 1szt./150g	75	Mus owocowy 100%100g	54	Mus owocowy 100%100g	54	Jabłko 1szt./150g	75		
Obiad	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Sałatka szwedzka (*9) 100g Kompot wieloowocowy 250ml	242 321 142 28 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g Ziemniaki 200g Szpinak gotowany z masłem (*7) 100g Kompot wieloowocowy 250ml	242 201 142 54 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7) 150g Ziemniaki 200g Szpinak gotowany 100g Kompot wieloowocowy 250ml	242 201 142 28 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Fasolka po bretońsku z mięsem wieprzowym (*1*3*7*9) 150g Ziemniaki 200g Sałatka szwedzka (*9) 100g Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml	242 321 142 28 18	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Kolacja	Połędwica sopocka (+6+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 76 9 261 116	Połędwica sopocka (+6+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 76 9 263 116	Połędwica sopocka (+6+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 76 9 263 116	Połędwica sopocka (+6+9+10) 50g Mozzarella (*7) 30g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 76 9 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nočný	Jogurt owocowy (*7) 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	125 54	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g Pestki słonecznika (*8) 10g	90 54		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2333 Białko ogółem [g]: 102,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2254 Białko ogółem [g]: 102,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2254 Białko ogółem [g]: 102,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2204 Białko ogółem [g]:100,63 Tłuszcz[g]: 65,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Piątek, 28 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Kasza manna na mleku (*7*1)350ml	245	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g	102	Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g	82	Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g	112	Herbata z cukrem 250ml	
	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g	40	Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g	19		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść	1	Sałata 1 liść	1		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml			
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g	112		
Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*3*7*9) 400ml	223	Zupa szpinakowa z brązowym makaronem (*1*7*9) 400ml	221	Zupa szpinakowa (*7*9), ziemniaki, ryba na parze (*4), mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Filet rybny z mintaja panierowany (*1*3*4) 100g	274	Filet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Filet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 100g	210	Kompot owocowy 250ml	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g	68	Bukiet warzyw z masłem 100g (*7)	52	Bukiet warzyw z masłem 100g (*7)	52	Surówka z kiszzonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g	68		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy b/c 250ml	18		
Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7) 70g	92	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Szynka drobiowa (*1+6+7+9) 20g	19	Herbata 250ml	
	Ogórek kiszony 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	ogórek kiszony 50g	6		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml				
Nocny	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2290	Wartość energet. [kcal] 2218	Wartość energet. [kcal]2198	Wartość energet. [kcal] 2002	Wartość energet. [kcal]1775
	Białko ogółem [g]: 95,04	Białko ogółem [g]: 90,34	Białko ogółem [g]: 89,22	Białko ogółem [g]: 89,99	Białko ogółem [g] 65,45
	Tłuszcz[g]: 63,12	Tłuszcz[g]: 61,45	Tłuszcz[g]: 60,12	Tłuszcz[g]: 60,123	Tłuszcz[g] 45.12
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56	w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03	w tym nasycone [g] 19,23
	Węglowodany ogółem[g]: 309,23	Węglowodany ogółem[g]: 311,34	Węglowodany ogółem[g]: 310,98	Węglowodany ogółem[g]: 280,12	Węglowodany ogółem [g] 280.34
	w tym cukry[g]: 46,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 50,245	w tym cukry[g]: 41,64	
	Błonnik[g]:26,12	Błonnik[g]:23,35	Błonnik[g]:26,12	Błonnik[g]:31,99	W tym cukry [g] 30,22
	Sól [g]: 4,67	Sól [g]: 4,03	Sól [g]: 4,03	Sól [g]: 4.11	Błonnik[g] 22,45
					Sól [g] 3,76



# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**21.06.2024-30.06.2024**

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

<b>Sobota, 29 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 65 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 65 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopocka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	247 221 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml  Herbata 250ml	589
II śniadanie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100		
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka (*1*7) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	215 201 260 65 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka (*1*7) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	202 201 260 65 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka (*1*7) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	202 201 260 65 50	Zupa ogórkowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Potrawka z kurczaka (*1*7) 150g Ryż brązowy 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy bez cukru 250ml	215 201 238 63 18	Zupa wiejska (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625    50
Kolacja	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	109 40 12 261 116	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	109 40 15 263 116	Pasta rybna z morszczukiem i koperkiem (*4*7) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 15 263 116	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 80g Ogórek kiszony100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	145 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 99,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 84,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2391 Białko ogółem [g]: 84,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2202 Białko ogółem [g]:87,63 Tłuszcz[g]: 67,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.06.2024-30.06.2024

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (\*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Niedziela, 30 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (*7) 400ml	255	Kasza jaglana na mleku (*7) 400ml	255	Kasza jaglana na mleku (*7) 400ml	255	Kasza jaglana na mleku (*7) 400ml	247	Kasza jaglana na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Kiełbasa biała (+6+9+10) 100g	270	Kiełbasa drobiowa (+1+9+10) 100g	221	Kiełbasa drobiowa (+1+9+10) 100g	221	Kiełbasa drobiowa (+1+9+10) 100g	221		
	Kecup 20g	20	Kecup 20g	20	Kecup 20g	20	<b>Kecup 20g</b>	20		
	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Herbata 250ml	
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Pomarańcza 1szt./100g	112		
Obiad	Rosół ryżowy (*9) 400ml	186	Rosół z ryżowy (*9) 400ml	186	Rosół ryżowy(*9) 400ml	186	Rosół z ryżem brązowym (*9) 400ml	184	Rosół (*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Kotlet schabowy panierowany(*1*3) 100g	301	Schab gotowany w sosie własnym (*1*7*9) 100g/30ml	225	Schab gotowany w sosie własnym (*1*7*9) 100g/30ml	225	Schab gotowany w sosie własnym (*1*7*9) 100g/30ml	225		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g	77	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)100g	52	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7)100g	52	Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g	77		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy b/c 250ml	18	Kompot owocowy 250ml	50
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	174	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g	62	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g	62	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Ogórek 100g	12	Cukinia gotowana 100g	16	Cukinia gotowana 100g	16	ogórek 100g	12		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata 250ml		
Nocny	Deser z przetartych owoców z twarogiem bez cukru 100%/120g *7	71	Deser z przetartych owoców z twarogiem bez cukru 100%/120g *7	71	Deser z przetartych owoców z twarogiem bez cukru 100%/120g *7	71	Deser z przetartych owoców z twarogiem bez cukru 100%/120g *7	71		

WARTOŚCI ODŻWIWCZE	Wartość energet. [kcal] 2559 Białko ogółem [g]: 112,26 Tłuszcz[g]: 81,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2311 Białko ogółem [g]: 101,66 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 322,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2311 Białko ogółem [g]: 101,66 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 322,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2261 Białko ogółem [g]: 101,89 Tłuszcz[g]: 69, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]:4,23	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76

Dietetyk PPUH Natalia Madej  
Patrycja Wójtowicz