

Jadłospisy w dniu 2023-10-18 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2023-10-18 środa	SZCZ-MSWIA Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Marchewka z groszkiem*oprószana 150 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Gruszka 1szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Siedź z cebulką w oleju 80 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 603,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9 Tłuszcz [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 368,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	SZCZ-MSWIA t alno strawną	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzono,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 279,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 369,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	SZCZ-MSWIA Z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g Sałata zielona 30 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzono,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 466,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 399,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	SZCZ-MSWIA Z ogr sub pob wydz soku zoledkowego	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g Sałata zielona 30 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzono,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 466,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 399,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3

2023-10-18 środa

SZCZ- MSWIA Papkowata	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Ryż na mleku 500 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzo na,parzona 60 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 340,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
SZCZ- MSWIA Płynna	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna 500 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 121,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,6 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 298,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,7
SZCZ- MSWIA Płynna wzmocniona	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml		Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 284,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Błonnik pokarmowy [g] 18
SZCZ- MSWIA Płynna cukrzycowa	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna śn kol.b/ml () 500 ml (JAJ, SEL,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna śn kol.b/ml () 500 ml (JAJ, SEL,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 951,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 230,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1

Jadłospisy w dniu 2023-10-18 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-18 środa

SZCZ-MSWIA Bogalobliakowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, śr ednio rozdrobniona, wędzono, parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 250,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 337,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
SZCZ-MSWIA Cukrzykowa	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g Sałata zielona 30 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Gruszka 1szt. 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Siedź z cebulką w oleju 80 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 2 208,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,7 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,6
SZCZ-MSWIA Bezmleczna	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Banan 1szt. 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, śr ednio rozdrobniona, wędzono, parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 954,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,1 Tłuszcz [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
SZCZ-MSWIA Papkowata cukrzykowa	Grysikowa () 500 ml (GLU PSZ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Ryżowa D.* 500 ml (SEL,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, śr ednio rozdrobniona, wędzono, parzona 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 1 898,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 283,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
SZCZ-MSWIA Pooperacyjna	Grysikowa () 500 ml (GLU PSZ, SEL,)		Grysikowa () 500 ml (GLU PSZ, SEL,)		Ryżowa D.* 500 ml (SEL,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] 442,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 11,9 Tłuszcz [g] 1,6 Węglowodany ogółem [g] 99 Błonnik pokarmowy [g] 8,2

2023-10-18 środa

SZCZ-MSWIA Bezmleczna bezszlakowa	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 60 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z kurczaka i warzyw gotowanych 50 g (SEL,)	Grycikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem* 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzo na,parzona 60 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 1 866,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5 Tłuszcz [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,9	
SZCZ-MSWIA Trzuskowa	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g Sałata zielona 30 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzo na,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 429,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 399,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3	
SZCZ-MSWIA Cukrzycowa niskoluszcowa	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor b/skórki 70 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka delikatesowa-produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g Sałata zielona 30 g	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzo na,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata zielona 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 164,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
SZCZ-MSWIA Sonda wysokobiałkowa cukrzycowa	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Sonda-płynna obiad b/ml () WB 250 ml (JAJ, SEL,)	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 400 ml Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana b/c 400 ml Sonda-płynna śn kol.b/ml () 500 ml (JAJ, SEL,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 186,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 129,1 Węglowodany ogółem [g] 150,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,7	
SZCZ-MSWIA Sonda wysokobiałkowa	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml Sonda-płynna obiad b/ml () WB 500 ml (JAJ, SEL,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 400 ml Sonda-płynna śn kol mleczna WB 500 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 020,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 200,9 Błonnik pokarmowy [g] 8,6	

Jadłospisy w dniu 2023-10-18 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-18 środa

SZCZ-MSWIA Bezglutenowa	Kefir 2,0% t 150g 1 szt (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos zielony* (bez glutenu) 100 ml (SEL,) Marchew oprószana z olejem (bez glutenu)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śr ednio rozdrobniona,wędzo na,parzona 60 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,4 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 328 Błonnik pokarmowy [g] 20,4
SZCZ-MSWIA Wegetariańska	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 200 g Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Marchew oprószana z olejem* 150 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 400 ml	Gruszka 1szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Sledź z cebulką w oleju 80 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 338,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,8 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,6
SZCZ-MSWIA Etap I Trzusiłka Kleikowa	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 208,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,5 Tłuszcz [g] 12,6 Węglowodany ogółem [g] 240,5 Błonnik pokarmowy [g] 4,4
SZCZ-MSWIA Etap II Trzusiłka Kleik-owocowa	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kasza manna na wodzie z jabłkiem prażonym 300 ml (GLU PSZ,) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kaszka ryżowo-owocowa 300 ml Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Buraczki gotowane () puree 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) Mus z jabłek i dyni () z/c 200 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 439,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,6 Tłuszcz [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,7

Jadłospisy w dniu 2023-10-18 KUCHNIA SZCZECIN ARKOŃSKA

2023-10-18 środa	SZCZ-MSWiA Etap III Trzusiśka Kłiek-owoc rozszerzona	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Twaróg chudy 100 g (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kaszka ryżowo-owocowa 300 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Ziemniaki puree () 150 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem* 150 g Dyńa z wody 150 g Kompot z jabłek b/c 400 ml	Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pasta z białek 60 g (JAJ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 402,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,3 Tłuszcz [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 266,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	SZCZ-MSWiA Etap IV Trzusiśka Łatwo sliawna, n/it	Jogurt naturalny 2,5% ti 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Dżem 40 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ()*(krem) 250 ml (GLU PSZ, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Ziemniaki puree () 150 g (MLE) Marchew gotowana z olejem* mix 150 g Szpinak gotowany z olejem* puree 150 g (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 400 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 269,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 53,8 Tłuszcz [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 222,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,1