

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 |
|-------------------------|------------------------------|---|--|---|---|---|---|
| | | Śniadanie | 2. śniadanie | Obiad | Kolacja | Posiłek nocny | SUMA |
| 2024-05-20 poniedziałek | Polożnice Cukrzyca | Kawa zbozowa z mlekiem b/c 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Gizewski 40 g (6 SOJ) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Mandarynki 150 g | Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Jajo sadzone 2 szt (3 JAJ) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z marchewki i jabłka [^] 150 g Kompot b.c. 300 ml | Schab Cygański Dobra Marka 40 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml Ogórek zielony 50 g | Mus owocowy z twarogiem 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,2 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany przyswajalne [g] 297,3 Sód [mg] 2 106,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,9 suma cukrów prostych [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 |
| | Podstawowa Dzieci Mate UCK | Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 150 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Papryka św. 50 g (10 GOR) filet zapiekany Gizewski 30 g (6 SOJ) | Mandarynki 150 g Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 200 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Surówka z marchewki i jabłka [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml | Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek zielony 50 g | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 758,9 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany przyswajalne [g] 222,9 Sód [mg] 1 181,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 suma cukrów prostych [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 |
| | Łatwostrawna Dzieci Mate UCK | Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 150 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) filet zapiekany Gizewski 30 g (6 SOJ) Pomidor [^] 100 g | Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Pierogi leniwe z masłem i cukrem 200 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Surówka z marchewki i jabłka [^] 80 g Kompot b.c. 300 ml | Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA , 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 787,3 Białko ogółem [g] 64,4 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany przyswajalne [g] 226,3 Sód [mg] 355,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 88,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 |
| | Cukrzyca Dzieci Mate UCK | Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Papryka św. 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Gizewski 30 g (6 SOJ) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Jajo sadzone 1 szt (3 JAJ) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z marchewki i jabłka [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml | Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek zielony 50 g | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 649,8 Białko ogółem [g] 65,7 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany przyswajalne [g] 206,9 Sód [mg] 1 269,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 suma cukrów prostych [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|-------------------|------------------------------|---|--|---|--|--|--|
| 2024-05-21 wtorek | Polożnice Cukrzyca | Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek wiejski Piątnica 60 g | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Kompot b.c. 300 ml Surówka coleslaw [^] 150 g (7 MLE, 10 GOR) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy [^] 80 ml (9 SEL) | Szynka na kartki Nikipol 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Roszponka 10 g | Mus owocowy z twarogiem 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,5 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany przyswajalne [g] 273,6 Sód [mg] 1 617,8 Błonnik pokarmowy [g] 47,9 suma cukrów prostych [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 |
| | Podstawowa Dzieci Male UCK | Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Serek wiejski Piątnica 40 g cukier 5g ADM 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt | Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) | Zupa botwinka [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 120 g Kompot bez cukru 300 ml bitka schabowa duszona w sosie własnym 50 g (1 GLU) Surówka coleslaw [^] 80 g (7 MLE, 10 GOR) | Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka na kartki Nikipol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt Roszponka 10 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 997,9 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany przyswajalne [g] 251 Sód [mg] 1 002,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 suma cukrów prostych [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 |
| | Łatwostrawna Dzieci Male UCK | Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Serek wiejski Piątnica 40 g Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt | Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) | Zupa botwinka [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza jęczmienna gotowana 120 g (1 GLU) Kompot bez cukru 300 ml Szpinak 80 g (7 BIA, 7 MLE) bitka schabowa gotowana 50 g Bulion jarzynowy [^] 50 ml (9 SEL) | Szynka na kartki Nikipol 30 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 763,7 Białko ogółem [g] 71,9 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany przyswajalne [g] 236,3 Sód [mg] 427,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 |
| | Cukrzyca Dzieci Male UCK | Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek wiejski Piątnica 40 g | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa botwinka [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 120 g Kompot bez cukru 300 ml Surówka coleslaw [^] 80 g (7 MLE, 10 GOR) bitka schabowa gotowana 50 g Bulion jarzynowy [^] 50 ml (9 SEL) | Szynka na kartki Nikipol 30 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Roszponka 10 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 659,7 Białko ogółem [g] 67,8 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany przyswajalne [g] 191,5 Sód [mg] 1 083,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,4 suma cukrów prostych [g] 50,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|------------------|------------------------------|---|--|--|---|--|---|
| 2024-05-22 środa | Polożnice Cukrzyca | Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 300 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Schab kasztelana Chabura 40 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Miruna w jarzynach na parze 120 g (4 RYB , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Surówka z pora i jabłka [^] 150 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) | Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g | Mus owocowy z twarogiem 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 415,3 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany przyswajalne [g] 304,4 Sód [mg] 1 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 59,1 suma cukrów prostych [g] 88 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 |
| | Podstawowa Dzieci Male UCK | Ryż gotowany na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU , 1 ZYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt | kiwi 2 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Filet z miruny smażony 60 g (1 GLU , 3 JAJ , 4 RYB , 10 GOR) Surówka z pora i jabłka [^] 80 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Sos grecki- 30 g (1 GLU , 9 SEL , 10 GOR) | Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g cukier 5g ADM 1 szt | Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,3 Białko ogółem [g] 64,2 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany przyswajalne [g] 252,8 Sód [mg] 845,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 suma cukrów prostych [g] 99,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 |
| | Łatwostrawna Dzieci Male UCK | Ryż gotowany na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt | Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Miruna w jarzynach na parze 60 g (4 RYB , 9 SEL) Brokuły gotowane [^] 80 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) | Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt | Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 886,3 Białko ogółem [g] 66,9 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany przyswajalne [g] 240,3 Sód [mg] 294,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 98,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 |
| | Cukrzyca Dzieci Male UCK | Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Miruna w jarzynach na parze 60 g (4 RYB , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Surówka z pora i jabłka [^] 80 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) | Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 40 g Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 717,5 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany przyswajalne [g] 208,4 Sód [mg] 859,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,5 suma cukrów prostych [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|---------------------|------------------------------|---|--|--|---|--|--|
| 2024-05-23 czwartek | Polożnice Cukrzyca | Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA , 7 MLE) Papryka konserwowa 100 g (10 GOR) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Gruszka 150 g | Zupa pomidorowa z ryżem [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Udko gotowane. 1 Por Kompot bez cukru 300 ml Mizeria z ogórków [^] 150 g (7 BIA) | Rzodkiewka 50 g Serek naturalny Juliko 60 g Szynka Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,9 Białko ogółem [g] 121,6 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany przyswajalne [g] 260,8 Sód [mg] 1 968,5 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 suma cukrów prostych [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 |
| | Podstawowa Dzieci Male UCK | Platki owsiane gotowane na mleku . 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Ser żółty Ostrowia 30 g (7 MLE) Papryka konserwowa 100 g (10 GOR) | Gruszka 150 g Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE) | Zupa pomidorowa z ryżem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Kompot bez cukru 300 ml Udko pieczone . 1 Por (1 GLU) Fasolka szparagowa z bulką tartą i masłem [^] 80 g (7 BIA , 1 GLU , ROŚ) | Rzodkiewka 50 g Ser tostowy Lactima 1 szt (7 BIA) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181,2 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany przyswajalne [g] 205,8 Sód [mg] 1 662,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 |
| | Łatwostrawna Dzieci Male UCK | Platki owsiane gotowane na mleku . 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA , 7 MLE) Pomidor [^] 100 g | Banan 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE) | Zupa pomidorowa z ryżem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Kompot bez cukru 300 ml Udko gotowane. 1 Por Fasolka szparagowa z wody 80 g (ROŚ) | Salata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g Serek naturalny Juliko 40 g Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml cukier 5g ADM 1 szt | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,2 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany przyswajalne [g] 218,6 Sód [mg] 449,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 |
| | Cukrzyca Dzieci Male UCK | Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA , 7 MLE) Papryka konserwowa 100 g (10 GOR) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Gruszka 150 g | Zupa pomidorowa z ryżem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Udko gotowane. 1 Por Kompot bez cukru 300 ml Mizeria z ogórków [^] 80 g (7 BIA) | Rzodkiewka 50 g Serek naturalny Juliko 40 g Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 021 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany przyswajalne [g] 207,5 Sód [mg] 1 626,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 suma cukrów prostych [g] 40,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|-------------------|------------------------------|---|--|--|---|---|---|
| 2024-05-24 piątek | Polożnice Cukrzyca | Kakao bez cukru 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek naturalny Juliko 60 g | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Pomarańcza 150 g | Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 100 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 200 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty kiszonej [^] 150 g Kompot bez cukru 300 ml Sos koperkowy . 80 ml (7 BIA, 1 GLU) | Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 40 g Chleb żytni 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,4 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany przyswajalne [g] 283,6 Sód [mg] 1 643,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 suma cukrów prostych [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 |
| | Podstawowa Dzieci Male UCK | Kasza manna gotowana na mleku. 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rogal maślany 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Ogórek zielony 100 g Serek truskawkowy Hej 40 g (7 MLE) | Pomarańcza 150 g Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) | Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza oprószony [^] 60 g (1 GLU, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Marchew gotowana [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml | Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,7 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany przyswajalne [g] 249,2 Sód [mg] 1 173,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 suma cukrów prostych [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 |
| | Łatwostrawna Dzieci Male UCK | Kasza manna gotowana na mleku. 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Rogal maślany 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Pomidor [^] 100 g Serek truskawkowy Hej 40 g (7 MLE) | Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) | Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Marchew gotowana [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml Sos koperkowy . 60 ml (7 BIA, 1 GLU) | Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml rukola 10 g Pomidory koktajlowe 40 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 753,1 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany przyswajalne [g] 228,2 Sód [mg] 656,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 |
| | Cukrzyca Dzieci Male UCK | Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek naturalny Juliko 40 g | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Pomarańcza 150 g | Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty kiszonej [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml Sos koperkowy . 60 ml (7 BIA, 1 GLU) | Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 680,6 Białko ogółem [g] 68,8 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany przyswajalne [g] 196,6 Sód [mg] 1 087,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 suma cukrów prostych [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|-------------------|------------------------------|--|--|---|--|---|---|
| 2024-05-25 sobota | Polożnice Cukrzyca | Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 350 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Makaron razowy gotowany z warzywami i łopatką 300 g (1 GLU , 9 SEL , ROS) Surówka z kapusty czerwonej [^] 150 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml | Twarożek z pietruszką 60 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g | Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 852,3 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany przyswajalne [g] 239 Sód [mg] 1 216,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 suma cukrów prostych [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 |
| | Podstawowa Dzieci Małe UCK | Lane ciasto gotowane na mleku 150 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU , 1 ŻYT) Papryka św. 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL) | kiwi 2 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Buraczki gotowane oprószane [^] 80 g (1 GLU) Makaron razowy gotowany z warzywami i łopatką 300 g (1 GLU , 9 SEL , ROS) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) | Twarożek z pietruszką 40 g (7 BIA , 7 MLE) Wędzonka staropolska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 50 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 942,7 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany przyswajalne [g] 248 Sód [mg] 860,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 suma cukrów prostych [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 |
| | Łatwostrawna Dzieci Małe UCK | Lane ciasto gotowane na mleku 150 g (7 BIA , 1 GLU , 3 JAJ , 7 MLE) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL) | Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt | Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Makaron gotowany z warzywami i łopatką 200 g (1 GLU , 9 SEL , ROS) Kompot b.c. 300 ml Buraczki gotowane oprószane [^] 80 g (1 GLU) | Twarożek z pietruszką 40 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g | Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 610,4 Białko ogółem [g] 59,7 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany przyswajalne [g] 193,9 Sód [mg] 288,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 |
| | Cukrzyca Dzieci Małe UCK | Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Papryka św. 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ , 7 MLE , 9 SEL) | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Zupa kalafiorowa z grysiem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Makaron razowy gotowany z warzywami i łopatką 300 g (1 GLU , 9 SEL , ROS) Surówka z kapusty czerwonej [^] 80 g (10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml | Twarożek z pietruszką 40 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g | Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 609,2 Białko ogółem [g] 64,2 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany przyswajalne [g] 189,1 Sód [mg] 832,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,6 suma cukrów prostych [g] 53,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-20 do dnia 2024-05-26 UCK

| | | | | | | | |
|----------------------|------------------------------|--|---|---|--|---|--|
| 2024-05-26 niedziela | Polonice Cukrzyca | Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 80 g Ziemniaki z koperkiem [^] 200 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 150 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml | Szynka krucha z pieca Bieleśz 40 g Chleb żytni 100 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR) | Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 185,7 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany przyswajalne [g] 268,2 Sód [mg] 1 208,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,8 suma cukrów prostych [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 |
| | Podstawowa Dzieci Małe UCK | Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt | Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE) | Rosół z makaronem [^] 150 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka z szynki duszona w sosie własnym 50 g (1 GLU) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 80 g (10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml | Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pasta chrzanowa 40 g (7 BIA , 7 MLE , 9 SEL) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR) cukier 5g ADM 1 szt | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 892,1 Białko ogółem [g] 69,6 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany przyswajalne [g] 222,2 Sód [mg] 783,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 78,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 |
| | Łatwostrawna Dzieci Małe UCK | Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt | Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE) | Rosół z makaronem [^] 150 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) bukiet warzyw gotowany [^] 80 g Kompot bez cukru 300 ml | Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 783,7 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany przyswajalne [g] 212,2 Sód [mg] 229,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 |
| | Cukrzyca Dzieci Małe UCK | Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt | Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt | Rosół z makaronem [^] 150 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z kapusty pekińskiej [^] 80 g (10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml | Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR) | Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 702,7 Białko ogółem [g] 68,9 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany przyswajalne [g] 192,8 Sód [mg] 807,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,4 suma cukrów prostych [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 |