

Jadłospisy w dniu 2026-07-02 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-07-02 czwartek	D03 - Łatwostrawna z ogr. łatwostrawsw. węglowodanów	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10g 1 szt (MLE) Serek nat. Haga 1 szt (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (SOJ) Ogórek 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Jabłko 1 szt Orzechy włoskie 30 g (ORZ)	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, SEL) Surówka z warzyw i jabłka 150 g (SEL) Woda z cytryną 200 ml	Kanapka z wędliną 80 g (GLU, SOJ, MLE)	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10g 1 szt (MLE) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Herbata 200 ml Sałata 5 g	Kefir 400 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 324,2 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 313,2 suma cukrów prostych [g] 52 Sód [mg] 2 638,9 Błonnik pokarmowy [g] 42
	D01 Podstawowa Dializa	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) chleb mazowiecki 100 g (GLU) Masło 10g 1 szt (MLE) Połędwica wp 40 g (SOJ) Serek nat. Haga 1 szt (MLE) Pomidor 70 g Sałata 5 g Herbata 200 ml	Jabłko 1 szt	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, SEL) Surówka z warzyw i jabłka 150 g (SEL) Woda z cytryną 200 ml	Drożdżówka 1 szt (GLU, JAJ, MLE)	Chleb mazowiecki 100 g (GLU) Masło 10g 1 szt (MLE) Pasta z jaj i wędliny z zieleniną 70 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 70 g Herbata 200 ml Sałata 5 g	Mus owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 719,2 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 428,3 suma cukrów prostych [g] 95,2 Sód [mg] 2 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8