

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-21 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), bułka kajzerka 80g (PSZENICA), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), Jajko w sosie chrzanowym 2 szt. (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SO2, SOJA), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет warzywny 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), Cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2277.75 kcal; Energia: 8345.54 kJ; Białko ogółem: 143.59 g; białko zwierzęce: 44.42 g; białko roślinne: 88.68 g; Tłuszcz: 86.57 g; Węglowodany ogółem: 799.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.49 g; Sód: 2311.12 mg; Potas: 3973.33 mg; Wapń: 697.22 mg; Fosfor: 1539.55 mg; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Woda: 1220.16 g; Popiół: 19.13 g;		
piątek 2024-06-21 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), bułka kajzerka 80g (PSZENICA), masło 15g (ŚMIETANKA), sałata 5g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g	zupa makaronowa 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryba gotowana 100g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY), Mix warzyw gotowanych z bazylią i tymiankiem 150g (SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), ziemniaki 250g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2102.36 kcal; Energia: 8322.02 kJ; Białko ogółem: 156.86 g; białko zwierzęce: 66.12 g; białko roślinne: 87.94 g; Tłuszcz: 64.18 g; Węglowodany ogółem: 788.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.05 g; Sód: 2257.67 mg; Potas: 4012.52 mg; Wapń: 637.65 mg; Fosfor: 1437.55 mg; Błonnik pokarmowy: 27.02 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Woda: 1207.20 g; Popiół: 18.91 g;		
piątek 2024-06-21 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka konserwowa 50g (SO2), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), Bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa pieczarkowa z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ryba gotowana 100g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY), fasolka szparagowa 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, OWIES), ziemniaki 250g, sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), paszтет warzywny 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2280.07 kcal; Energia: 8541.95 kJ; Białko ogółem: 183.83 g; białko zwierzęce: 70.84 g; białko roślinne: 101.09 g; Tłuszcz: 72.61 g; Węglowodany ogółem: 857.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.20 g; Sód: 2776.10 mg; Potas: 4635.22 mg; Wapń: 770.39 mg; Fosfor: 1849.85 mg; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; suma cukrów prostych: 40.21 g; Woda: 1321.08 g; Popiół: 23.39 g;		
sobota 2024-06-22 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), wędolina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), Cukier 10g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), ogórek zielony 50g,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEŃ), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, knedle z owocami i maselkiem 300g, surówka z marchewki i ananasa 150g (GLUTEN, PSZENICA, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. ŁASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2374.73 kcal; Energia: 9542.31 kJ; Białko ogółem: 165.99 g; białko zwierzęce: 45.40 g; białko roślinne: 119.18 g; Tłuszcz: 106.17 g; Węglowodany ogółem: 1119.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.65 g; Sód: 2013.69 mg; Potas: 3572.77 mg; Wapń: 675.06 mg; Fosfor: 1284.15 mg; Błonnik pokarmowy: 30.65 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Woda: 1338.67 g; Popiół: 15.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-22 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), sałata 5g ,	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , knedle z owocami i masłem 300g , surówka z marchewki i ananasa 150g (GLUTEN, PSZENICA, ŚMIETANKA),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta z białek 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2279.17 kcal; Energia: 9150.69 kJ; Białko ogółem: 164.95 g; białko zwierzęce: 45.28 g; białko roślinne: 118.27 g; Tłuszcz: 96.53 g; Węglowodany ogółem: 1117.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.96 g; Sód: 1960.70 mg; Potas: 3482.98 mg; Wapń: 652.85 mg; Fosfor: 1261.14 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; suma cukrów prostych: 79.85 g; Woda: 1281.00 g; Popiół: 14.75 g;		
sobota 2024-06-22 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek zielony 50g , Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa krupnik 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , pyzy z mięsem 300g (6 szt) , bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA),	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), rzodkiewka 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2337.94 kcal; Energia: 9475.59 kJ; Białko ogółem: 173.81 g; białko zwierzęce: 49.21 g; białko roślinne: 123.20 g; Tłuszcz: 106.60 g; Węglowodany ogółem: 1103.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.50 g; Sód: 2009.29 mg; Potas: 3719.26 mg; Wapń: 722.56 mg; Fosfor: 1344.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.49 g; suma cukrów prostych: 60.71 g; Woda: 1405.27 g; Popiół: 16.47 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Palki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9skl) 150g ,	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), Cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2599.22 kcal; Energia: 10509.20 kJ; Białko ogółem: 228.28 g; białko zwierzęce: 112.54 g; białko roślinne: 115.74 g; Tłuszcz: 119.55 g; Węglowodany ogółem: 1077.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.09 g; Sód: 4247.17 mg; Potas: 4501.57 mg; Wapń: 669.64 mg; Fosfor: 1952.27 mg; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Woda: 1407.41 g; Popiół: 21.45 g;		
niedziela 2024-06-23 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , pomidor 50g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Palki z kurczaka gotowane 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), mix warzyw wiosenny (9skl) 150g , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml ,	Herbata saszетка 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 50g (MLEKO), Cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2572.62 kcal; Energia: 10398.20 kJ; Białko ogółem: 224.54 g; białko zwierzęce: 108.80 g; białko roślinne: 115.74 g; Tłuszcz: 118.61 g; Węglowodany ogółem: 1076.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.53 g; Sód: 4238.37 mg; Potas: 4478.97 mg; Wapń: 650.84 mg; Fosfor: 1906.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; Woda: 1392.99 g; Popiół: 21.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-23		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Pałki z kurczaka pieczone 200g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g ,	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta twarogowa z koperkiem 70g (MLEKO), papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2536.22 kcal; Energia: 10283.55 kJ; Białko ogółem: 232.48 g; białko zwierzęce: 116.09 g; białko roślinne: 116.39 g; Tłuszcz: 121.60 g; Węglowodany ogółem: 1055.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.13 g; Sód: 4342.72 mg; Potas: 4678.67 mg; Wapń: 718.44 mg; Fosfor: 1998.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.70 g; suma cukrów prostych: 57.75 g; Woda: 1474.50 g; Popiół: 22.00 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek zielony 50g , Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa grochówka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , buraki 150g , zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 2442.86 kcal; Energia: 9579.08 kJ; Białko ogółem: 199.11 g; białko zwierzęce: 66.34 g; białko roślinne: 133.42 g; Tłuszcz: 95.94 g; Węglowodany ogółem: 1130.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.67 g; Sód: 2140.00 mg; Potas: 5004.42 mg; Wapń: 1082.52 mg; Fosfor: 1858.17 mg; Błonnik pokarmowy: 36.54 g; suma cukrów prostych: 74.62 g; Woda: 1424.37 g; Popiół: 21.41 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g , Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , buraki 150g , potrawka z kurczaka 110g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 2125.92 kcal; Energia: 8276.60 kJ; Białko ogółem: 184.87 g; białko zwierzęce: 63.99 g; białko roślinne: 118.07 g; Tłuszcz: 81.61 g; Węglowodany ogółem: 1091.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.86 g; Sód: 2112.85 mg; Potas: 4949.92 mg; Wapń: 635.30 mg; Fosfor: 1485.47 mg; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; suma cukrów prostych: 75.70 g; Woda: 1516.05 g; Popiół: 19.54 g;		
poniedziałek 2024-06-24		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), ogórek zielony 50g , Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa grochówka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), ziemniaki 250g , kompot 250ml Z gorzki , surówka z selera 150g (MLEKO, GLUTEN, SELER), zraz duszony 100g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), sałata 5g , serek capresi light 1 plaster (MLEKO, ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 2322.81 kcal; Energia: 9071.12 kJ; Białko ogółem: 203.69 g; białko zwierzęce: 70.75 g; białko roślinne: 133.59 g; Tłuszcz: 93.17 g; Węglowodany ogółem: 1108.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.76 g; Sód: 2303.77 mg; Potas: 5224.47 mg; Wapń: 1172.45 mg; Fosfor: 2021.47 mg; Błonnik pokarmowy: 42.14 g; suma cukrów prostych: 49.03 g; Woda: 1499.70 g; Popiół: 22.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-06-25 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka maślana 1szt. (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g ,	kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Kapusta kiszona zasmażana 120g (SELER), Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), Cukier 5g , papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2350.18 kcal; Energia: 9551.85 kJ; Białko ogółem: 149.96 g; białko zwierzęce: 64.95 g; białko roślinne: 85.01 g; Tłuszcz: 82.77 g; Węglowodany ogółem: 815.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.40 g; Sód: 2745.05 mg; Potas: 3321.48 mg; Wapń: 720.36 mg; Fosfor: 1527.25 mg; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; suma cukrów prostych: 85.47 g; Woda: 1063.80 g; Popiół: 17.25 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka maślana 1szt. (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), twaróg 70g (MLEKO), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g ,	kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), szpinak duszony 150g , zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g , pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2244.15 kcal; Energia: 9087.74 kJ; Białko ogółem: 149.96 g; białko zwierzęce: 65.20 g; białko roślinne: 83.36 g; Tłuszcz: 72.03 g; Węglowodany ogółem: 809.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.39 g; Sód: 1868.33 mg; Potas: 3154.80 mg; Wapń: 661.38 mg; Fosfor: 1492.54 mg; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; suma cukrów prostych: 85.11 g; Woda: 946.58 g; Popiół: 14.97 g;		
wtorek 2024-06-25 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), ogórek konserwowy 50g (S02), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	kompot 250ml Z gorzki , kasza jęczmienna 200g (JĘCZMIEN), Gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (MLEKO), Kapusta kiszona zasmażana 120g (SELER), zupa botwinka 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta z makreli 50g (JAJA), papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2356.22 kcal; Energia: 9573.20 kJ; Białko ogółem: 163.36 g; białko zwierzęce: 62.57 g; białko roślinne: 99.39 g; Tłuszcz: 83.63 g; Węglowodany ogółem: 870.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g; Sód: 3495.86 mg; Potas: 3713.52 mg; Wapń: 699.34 mg; Fosfor: 1708.37 mg; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; suma cukrów prostych: 44.35 g; Woda: 1132.89 g; Popiół: 21.22 g;		
środa 2024-06-26 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), papryka czerwona 50g ,	zupa barszcz biały 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , ziemniaki 250g , Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. (GLUTEN, PSZENICA, SELER),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), Cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2406.97 kcal; Energia: 9331.87 kJ; Białko ogółem: 181.05 g; białko zwierzęce: 62.31 g; białko roślinne: 120.80 g; Tłuszcz: 99.55 g; Węglowodany ogółem: 1124.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Sód: 2714.74 mg; Potas: 4166.89 mg; Wapń: 1054.53 mg; Fosfor: 1599.70 mg; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; suma cukrów prostych: 63.02 g; Woda: 1344.53 g; Popiół: 19.67 g;		
środa 2024-06-26 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g , Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), pomidor 50g ,	zupa barszcz biały 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ), kompot 250ml Z gorzki , Cukier 5g , ziemniaki 250g , Kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100g/150ml (GLUTEN, PSZENICA, ŚMIETANKA), marchew DUO 150g (ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt. , Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO), Cukier 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2132.38 kcal; Energia: 8390.19 kJ; Białko ogółem: 184.45 g; białko zwierzęce: 64.95 g; białko roślinne: 118.10 g; Tłuszcz: 79.42 g; Węglowodany ogółem: 1097.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.18 g; Sód: 2086.03 mg; Potas: 4609.50 mg; Wapń: 657.16 mg; Fosfor: 1550.28 mg; Błonnik pokarmowy: 29.55 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Woda: 1447.92 g; Popiół: 17.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-06-26		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), papryka czerwona 50g, Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa barszcz biały 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, ŻYTO, BIAŁKO JAJ), kompot 250ml Z gorzki, ziemniaki 250g, Gołąbki bez zawijania w sosie pieczarkowym 2 szt. (GLUTEN, PSZENICA, SELER),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), indyk w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2337.47 kcal; Energia: 9085.72 kJ; Białko ogółem: 185.05 g; białko zwierzęce: 65.86 g; białko roślinne: 121.25 g; Tłuszcz: 101.45 g; Węglowodany ogółem: 1100.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.73 g; Sód: 2812.79 mg; Potas: 4357.49 mg; Wapń: 1101.33 mg; Fosfor: 1640.70 mg; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; suma cukrów prostych: 44.51 g; Woda: 1413.51 g; Popiół: 20.17 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), rzodkiewka 50g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa kapuśniak 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, kielbasa pieczona z cebulką 150g (MLEKO, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), surówka z ogórka kiszzonego 150g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), Cukier 15g,
Wartości odżywcze: Energia: 2700.63 kcal; Energia: 10723.43 kJ; Białko ogółem: 181.95 g; białko zwierzęce: 48.22 g; białko roślinne: 132.34 g; Tłuszcz: 93.29 g; Węglowodany ogółem: 1209.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.30 g; Sód: 4796.32 mg; Potas: 4306.73 mg; Wapń: 692.98 mg; Fosfor: 1558.97 mg; Błonnik pokarmowy: 28.87 g; suma cukrów prostych: 80.03 g; Woda: 1481.46 g; Popiół: 25.88 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (SELER), brokuły 100g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2017.24 kcal; Energia: 7812.41 kJ; Białko ogółem: 192.06 g; białko zwierzęce: 69.84 g; białko roślinne: 119.42 g; Tłuszcz: 68.53 g; Węglowodany ogółem: 1084.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; Sód: 1811.59 mg; Potas: 5134.92 mg; Wapń: 610.16 mg; Fosfor: 1576.61 mg; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; suma cukrów prostych: 63.12 g; Woda: 1477.77 g; Popiół: 19.21 g;		
czwartek 2024-06-27		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa kapuśniak 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (SELER), Brokuły 150g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), papryka czerwona 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1996.44 kcal; Energia: 7837.14 kJ; Białko ogółem: 198.03 g; białko zwierzęce: 74.97 g; białko roślinne: 121.67 g; Tłuszcz: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 1061.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.67 g; Sód: 2267.12 mg; Potas: 5092.28 mg; Wapń: 733.92 mg; Fosfor: 1670.79 mg; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 45.61 g; Woda: 1574.69 g; Popiół: 19.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-06-28		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka kajzerka 80g (PSZENICA), masło 15g (ŚMIETANKA), ogórek kiszony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa barszcz ukraiński 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, OWIES), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, surówka z kapusty pekińskiej 150g (SELER), ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet pieczony 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), Cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2453.37 kcal; Energia: 9269.28 kJ; Białko ogółem: 155.56 g; białko zwierzęce: 52.96 g; białko roślinne: 94.70 g; Tłuszcz: 94.31 g; Węglowodany ogółem: 818.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; Sód: 2499.10 mg; Potas: 4803.39 mg; Wapń: 794.81 mg; Fosfor: 1626.74 mg; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; suma cukrów prostych: 67.79 g; Woda: 1405.09 g; Popiół: 22.11 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane 50g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), bułka kajzerka 80g (PSZENICA), masło 15g (ŚMIETANKA), pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 5g, ryba gotowana 150g (GLUTEN, PSZENICA, SELER, RYBY), szpinak liściasty 150g, ziemniaki 250g, sos koperkowy 100ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, ŚMIETANKA),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2296.75 kcal; Energia: 9027.50 kJ; Białko ogółem: 173.86 g; białko zwierzęce: 83.02 g; białko roślinne: 88.04 g; Tłuszcz: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 794.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.15 g; Sód: 2525.70 mg; Potas: 5141.19 mg; Wapń: 775.03 mg; Fosfor: 1633.94 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Woda: 1520.70 g; Popiół: 23.14 g;		
piątek 2024-06-28		
Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
pieczywo mieszane 80g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), ogórek kiszony 50g, wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa barszcz ukraiński 400ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, OWIES), ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty pekińskiej 150g (SELER), ziemniaki 250g, kompot 250ml L gorzki,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasztet pieczony 50g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), pomidor 100g,
Wartości odżywcze: Energia: 2561.17 kcal; Energia: 9808.73 kJ; Białko ogółem: 173.78 g; białko zwierzęce: 57.64 g; białko roślinne: 108.24 g; Tłuszcz: 98.62 g; Węglowodany ogółem: 887.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.60 g; Sód: 3004.45 mg; Potas: 5262.79 mg; Wapń: 873.61 mg; Fosfor: 1858.54 mg; Błonnik pokarmowy: 43.34 g; suma cukrów prostych: 49.58 g; Woda: 1532.68 g; Popiół: 24.77 g;		
sobota 2024-06-29		
Dieta: MURCKI PODST		
Pieczywo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), papryka czerwona 50g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa kalarepkowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorzki, Cukier 10g, kotlet mielony 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 250g, Surówka coleslaw 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kurczak w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), Cukier 15g,
Wartości odżywcze: Energia: 2589.64 kcal; Energia: 10070.56 kJ; Białko ogółem: 181.92 g; białko zwierzęce: 60.55 g; białko roślinne: 121.37 g; Tłuszcz: 122.59 g; Węglowodany ogółem: 1120.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.85 g; Sód: 3148.57 mg; Potas: 4754.60 mg; Wapń: 738.55 mg; Fosfor: 1502.38 mg; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; suma cukrów prostych: 79.62 g; Woda: 1535.58 g; Popiół: 20.28 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-06-29 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczycwo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta z białek 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Cukier 10g,	zupa kalarepkowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorki, Cukier 5g, ziemniaki 250g, cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŚMIETANKA), pieczeń rzymska 100g (JAJA, PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 250g,	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędлина 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2424.73 kcal; Energia: 9264.33 kJ; Białko ogółem: 188.24 g; białko zwierzęce: 59.47 g; białko roślinne: 127.37 g; Tłuszcz: 82.08 g; Węglowodany ogółem: 1164.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.56 g; Sód: 2167.90 mg; Potas: 6370.53 mg; Wapń: 649.86 mg; Fosfor: 1732.79 mg; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; suma cukrów prostych: 65.90 g; Woda: 1826.59 g; Popiół: 21.50 g;		
sobota 2024-06-29 Dieta: MURCKI CUKRZYCA		
Pieczycwo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), papryka czerwona 50g, Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN), Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN),	zupa kalarepkowa 400ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, ŚMIETANKA), kompot 250ml Z gorki, pieczeń rzymska 100g (JAJA, PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), ziemniaki 250g, Surówka coleslaw 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt., masło 15g (ŚMIETANKA), Kurczak w galarecie 50g (SELER, GORCZYCA), ogórek zielony 50g, Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN),
Wartości odżywcze: Energia: 2783.07 kcal; Energia: 10918.72 kJ; Białko ogółem: 241.73 g; białko zwierzęce: 70.22 g; białko roślinne: 171.52 g; Tłuszcz: 133.43 g; Węglowodany ogółem: 1514.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.72 g; Sód: 3801.77 mg; Potas: 5135.59 mg; Wapń: 851.77 mg; Fosfor: 1717.29 mg; Błonnik pokarmowy: 38.64 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Woda: 1852.95 g; Popiół: 23.01 g;		
niedziela 2024-06-30 Dieta: MURCKI PODST		
Pieczycwo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, Cukier 10g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorki, Cukier 5g, Kotlet drobiowy 100g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), Cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2600.41 kcal; Energia: 10397.57 kJ; Białko ogółem: 207.56 g; białko zwierzęce: 89.34 g; białko roślinne: 120.28 g; Tłuszcz: 118.91 g; Węglowodany ogółem: 1102.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; Sód: 3820.58 mg; Potas: 4264.28 mg; Wapń: 1064.35 mg; Fosfor: 1854.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; suma cukrów prostych: 74.44 g; Woda: 1383.53 g; Popiół: 21.64 g;		
niedziela 2024-06-30 Dieta: MURCKI ŁATWOSTRAWNA		
Pieczycwo mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), Cukier 10g, pomidor 50g, Jogurt owocowy 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorki, Cukier 5g, szynka wp gotowana 100g, Marchewka oprószana 150g (GLUTEN, PSZENICA, SELER), sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędлина 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), Cukier 5g,
Wartości odżywcze: Energia: 2552.75 kcal; Energia: 10164.86 kJ; Białko ogółem: 199.76 g; białko zwierzęce: 81.39 g; białko roślinne: 116.97 g; Tłuszcz: 125.14 g; Węglowodany ogółem: 1087.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.88 g; Sód: 3923.89 mg; Potas: 4393.18 mg; Wapń: 641.52 mg; Fosfor: 1589.10 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g; suma cukrów prostych: 76.71 g; Woda: 1385.45 g; Popiół: 20.87 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MURCKI		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-06-30		Dieta: MURCKI CUKRZYCA
Pieczyno mieszane 130g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Kielbasa drobiowa z ketchupem 1 szt. (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (MLEKO, ŻYTO, JĘCZMIEN), pomidor 50g, Jogurt naturalny 1 szt. (MLEKO, GLUTEN),	zupa rosół z makaronem 400ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA), ziemniaki 250g, kompot 250ml Z gorzki, szynka wp gotowana 100g, Mix sałat z sosem vinegrette 150g (MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER),	Herbata saszetka 1 szt., Pieczywo mieszane 120g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 50g (MLEKO), sałata 20g,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2523.65 kcal; Energia: 10031.73 kJ; Białko ogółem: 205.38 g; białko zwierzęce: 89.65 g; białko roślinne: 117.79 g; Tłuszcz: 132.57 g; Węglowodany ogółem: 1056.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.24 g; Sód: 3807.47 mg; Potas: 4224.80 mg; Wapń: 1120.93 mg; Fosfor: 1781.02 mg; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; Woda: 1417.16 g; Popiół: 22.02 g;</p>		

Dietetyk

.....