

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 01.07.2024r (poniedziałek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 30g (<u>SOJ.</u>), ser topiony 50g (<u>MLE.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>), chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)	serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Zupa z soczewicy 400ml (<u>SEL.</u>), gulasz wieprzowy duszony 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>), buraczki gotowane 150g, kompot owocowy 250ml	Marchwianka 400m(<u>GLU PSZ.SEL.MLE.</u>), gulasz wołowy gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>), buraczki gotowane 150g, kompot owocowy 250ml			Zupa z soczewicy 400ml (<u>SEL.</u>), gulasz wołowy gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g,
PD		Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), jajko got. (<u>JAJ.</u>), pomidor 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica 30g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR.SOJ.</u>), pomidor 50g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), jajko got. (<u>JAJ.</u>), pomidor 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka wiejska 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka wiejska 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g		Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka wiejska 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2375,40 Białko (g) 92,48 Tłuszcz (g) 69,33 NKT (g) 36,42 Węglowodany (g) 324,38 Cukry (g) 56,02 Błonnik pokarm. 36,22 Sól (g) 6,25	Energia (kcal) 2480,22 Białko (g) 116,84 Tłuszcz (g) 87,57 NKT (g) 47,79 Węglowodany (g) 309,69 Cukry (g) 59,54 Błonnik pokarm. 35,17 Sól (g) 9,30	Energia (kcal) 2181,06 Białko (g) 91,82 Tłuszcz (g) 50,61 NKT (g) 30,90 Węglowodany (g) 317,96 Cukry (g) 56,94 Błonnik pokarmowy 25,50 Sól (g) 7,41	Energia (kcal) 2476,90 Białko (g) 134,18 Tłuszcz (g) 70,00 NKT (g) 41,13 Węglowodany (g) 223,45 Cukry (g) 59,87 Błonnik pokarm. 28,11 Sól (g) 6,14	Energia (kcal) 2183,22 Białko (g) 116,80 Tłuszcz (g) 66,16 NKT (g) 32,00 Węglowodany (g) 251,89 Cukry (g) 28,64 Błonnik pokarm. 49,74 Sól (g) 7,14

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 01.07.2024r (poniedziałek)		
	Podstawowa / Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 25g/1szt , kiełbasa szynkowa 50g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (<u>MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 25g/1szt , kiełbasa szynkowa 50g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 80g
II ŚN	jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Marchwianka 400m(<u>GLU PSZ.SEL.MLE.</u>), gulasz drobiowy gotowany 200g (<u>GLU PSZ,SEL</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>), buraczki gotowane 150g , kompot owocowy 250ml	Marchwianka 400m(<u>GLU PSZ.SEL.MLE.</u>), gulasz drobiowy gotowany 200g (<u>GLU PSZ,SEL</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>), buraczki gotowane 150g , kompot owocowy 250ml
PD	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka wiejska 80g (<u>SOJ</u>), sałata 20g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka wiejska 80g (<u>SOJ</u>), sałata 20g
PN	serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2046,11 Białko (g) 112,18 Tłuszcz (g) 55,56 NKT (g) 34,00 Węglowodany (g) 263,45 Cukry (g) 80,50 Błonnik 23,50 Sól (g) 8,22	Energia (kcal) 2046,11 Białko (g) 112,18 Tłuszcz (g) 55,56 NKT (g) 34,00 Węglowodany (g) 263,45 Cukry (g) 80,50 Błonnik 23,50 Sól (g) 8,22

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 02.07.2024r (wtorek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	łatwostrawna	łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.</u>), chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g
II ŚN		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)	serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Pieczarkowa z pęczakiem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL</u>), sztuka mięsa gotowana 80g (<u>GLU PSZ,SEL</u>) w sosie własnym 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>),ziemniaki 200g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150g , kompot owocowy 250ml		Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE,SEL</u>), pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>), ,sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>),ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ,MLE</u>), kompot owocowy 250ml		Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE,SEL</u>), pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>), ,sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>),ziemniaki 200g , surówka z kapusty czerwonej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno-żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) sałata 20g, pomidor 80g		Herbata z/c 250ml , chleb pszenno-żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) sałata 20g, pomidor 80g		Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) sałata 20g, pomidor 80g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2087,64 Białko (g) 99,64 Tłuszcz (g) 72,46 NKT (g) 31,24 Węglowodany (g) 269,06 Cukry (g) 62,96 Błonnik pokarm 31,90 Sól (g) 5,85	Energia (kcal) 2565,84 Białko (g) 127,64 Tłuszcz (g) 89,71 NKT (g) 42,74 Węglowodany (g) 290,81 Cukry (g) 64,41 Błonnik pokarm 35,26 Sól (g) 8,32	Energia (kcal) 2060,31 Białko (g) 96,21 Tłuszcz (g) 58,56 NKT (g) 34,60 Węglowodany (g) 300,42 Cukry (g) 62,34 Błonnik pokarm 24,61 Sól (g) 5,63	Energia (kcal) 2495,06 Białko (g) 126,53 Tłuszcz (g) 71,91 NKT (g) 42,31 Węglowodany (g) 3219,32 Cukry (g) 64,63 Błonnik pokarm 25,59 Sól (g) 8,39	Energia (kcal) 2136,02 Białko (g) 10142 Tłuszcz (g) 79,12 NKT (g) 41,80 Węglowodany (g) 233,53 Cukry (g) 26,04 Błonnik pokarm 37,77 Sól (g) 6,42

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 02.07.2024r (wtorek)		
	Podstawowa / łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna częściowo rozdrobiona
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 150g
II ŚN	Budyń do picia 250ml (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE,SEL</u>), pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>), sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ,MLE</u>), kompot owocowy 250ml	Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE,SEL</u>), pulpet wieprzowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ,JAJ,SEL</u>), sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ,SEL</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ,MLE</u>), kompot owocowy 250ml
PD	Paluszki 70g (<u>GLU PSZ.</u>)	
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) sałata 20g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 100g (<u>SEL.</u>) sałata 20g, pomidor 80g
PN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2403,11 Białko (g) 110,31 Tłuszcz (g) 80,80 NKT (g) 44,69 Węglowodany (g) 316,39 Cukry (g) 81,88 Błonnik 24,65 Sól (g) 7,30	Energia (kcal) 2403,11 Białko (g) 110,31 Tłuszcz (g) 80,80 NKT (g) 44,69 Węglowodany (g) 316,39 Cukry (g) 81,88 Błonnik 24,65 Sól (g) 7,30

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 03.07.2024r (środa)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni , razowy 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) , masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta jajeczna z serem żółtym i szczypiorem 50g (<u>JAJ,MLE.GOR.</u>) polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g, ogórek 80g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 50g/2szt., polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 50g/2szt., polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g(<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g, pomidor 80g	Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>) , chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 1szt (<u>JAJ.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g, ogórek 80g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml
Obiad	Żurek z ziemniakiem 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), spaghetti 150g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) , sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z marchwi z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) , sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z marchwi z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) , sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) , sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 50g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) , sałata 20g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) , sałata 20g, pomidor 80g	Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>) , sałata 20g, pomidor 80g
PN	Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2394,56 Białko (g) 101,10 Tłuszcz (g) 77,01 NKT (g) 34,22 Węglowodany (g) 310,98 Cukry (g) 63,22 Błonnik pokarm 35,52 Sól (g) 8,33	Energia (kcal) 2586,87 Białko (g) 109,11 Tłuszcz (g) 83,50 NKT (g) 37,99 Węglowodany (g) 333,93 Cukry (g) 68,79 Błonnik pokarm 43,44 Sól (g) 8,39	Energia (kcal) 2266,34 Białko (g) 79,50 Tłuszcz (g) 60,23 NKT (g) 31,03 Węglowodany (g) 327,07 Cukry (g) 79,76 Błonnik pokarm.27,83 Sól (g) 5,68	Energia (kcal) 2518,02 Białko (g) 103,91 Tłuszcz (g) 74,91 NKT (g) 37,71 Węglowodany (g) 337,61 Cukry (g) 70,49 Błonnik pokarm.34,95 Sól (g) 8,48	Energia (kcal) 2042,69 Białko (g) 82,94 Tłuszcz (g) 65,76 NKT (g) 33,28 Węglowodany (g) 248,54 Cukry (g) 34,56 Błonnik pokarm .49,39 Sól (g) 5,87

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 03.07.2024r (środa)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni , razowy 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta jajeczna z serem żółtym i szczypiorem 50g (<u>JAJ,MLE.GOR.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.</u>) sałata 20g, ogórek 80g	Makaron na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>), chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 50g/2szt., polędwica sopocka 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.</u>) sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN	Mus owocowy 100g	
Obiad	Żurek 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), chili con carne 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>) sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 200g (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), surówka z marchwi z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g -1op	
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g,
PN	Jogurt owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2668,47 Białko (g) 105,93 Tłuszcz (g) 78,55 NKT (g) 34,03 Węglowodany (g) 338,03 Cukry (g) 76,61 Błonnik pokarm. 36,45 Sól (g) 8,29	Energia (kcal) 2648,48 Białko (g) 91,58 Tłuszcz (g) 85,20 NKT (g) 36,50 Węglowodany (g) 356,97 Cukry (g) 72,53 Błonnik pokarm. 37,89 Sól (g) 6,40

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
04.07.2024r (czwartek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.</u>), chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), sok pomidorowy 300ml
Obiad	Pomidorowa z ryżem 400ml (<u>MLE.SEL.</u>), filet z kurczaka gotowany 90g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie ziołowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot owocowy 250ml		Koperkowa z lanym ciastem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), gulasz drobiowy z koperkiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), ziemniaki 200g, buraczek, kompot owocowy 250ml		Koperkowa z lanym ciastem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), gulasz drobiowy z koperkiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), schab gotowany w jarzynach 30g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), schab gotowany w jarzynach 30g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), schab gotowany w jarzynach 30g
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z cieciorki i jajka ze szczypiorem (<u>JAJ.</u>), sałata 20g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g		Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z cieciorki i jajka ze szczypiorem (<u>JAJ.</u>), sałata 20g
PN	Serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2188,72 Białko (g) 107,13 Tłuszcz (g) 72,47 NKT (g) 36,84 Węglowodany (g) 264,19 Cukry (g) 48,40 Błonnik pokarmowy 26,54 Sól (g) 4,94	Energia (kcal) 2474,31 Białko (g) 121,78 Tłuszcz (g) 82,95 NKT (g) 43,45 Węglowodany (g) 294,76 Cukry (g) 57,71 Błonnik pokarmowy 32,35 Sól (g) 6,98	Energia (kcal) 1975,11 Białko (g) 108,78 Tłuszcz (g) 58,29 NKT (g) 35,36 Węglowodany (g) 244,05 Cukry (g) 52,68 Błonnik pokarmowy 20,10 Sól (g) 6,49	Energia (kcal) 2265,02 Białko (g) 125,31 Tłuszcz (g) 68,80 NKT (g) 41,98 Węglowodany (g) 274,00 Cukry (g) 61,46 Błonnik pokarmowy 25,34 Sól (g) 8,53	Energia (kcal) 1954,27 Białko (g) 103,86 Tłuszcz (g) 76,21 NKT (g) 38,40 Węglowodany (g) 194,59 Cukry (g) 23,24 Błonnik pokarmowy 39,87 Sól (g) 6,56

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy 04.07.2024r (czwartek)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna /częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g	Zacierka na mleku 300ml (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN	Jabłko 200g -1szt.	
Obiad	Pomidorowa z ryżem 400ml (<u>MLE.SEL</u>), filet z kurczaka gotowany 90g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie ziołowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>),ziemniaki 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot owocowy 250ml	Koperkowa z łanym ciastem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL</u>), gulasz drobiowy z koperkiem 200g (<u>GLU PSZ. SEL</u>), ziemniaki 200g , buraczek, kompot owocowy 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta z cieciorki i jajka ze szczypiorem (<u>JAJ.</u>),sałata 20g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 20g
PN	Serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2700,23 Białko (g) 119,16 Tłuszcz (g) 73,53 NKT (g) 33,53 Węglowodany (g) 370,00 Cukry (g) 86,88 Błonnik 42,92 Sól (g) 8,01	Energia (kcal) 2269,50 Białko (g) 114,92 Tłuszcz (g) 60,70 NKT (g) 35,67 Węglowodany (g) 302,24 Cukry (g) 66,84 Błonnik pokarmowy 28,34 Sól (g) 6,52

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 05.07.2024r (piątek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), ser żółty 30g(MLE), polędwica sopocka 50g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), dżem 25g/1szt, polędwica sopocka 50g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), dżem 25g/1szt, polędwica sopocka 50g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), polędwica sopocka 80g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g	Kawa zbożowa b/c 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT..), chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), polędwica sopocka 80g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g
II ŚN		Chleb chrupki (GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.), twaróg z koperkiem 50g (MLE)		Chleb chrupki (GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.), twaróg z koperkiem 50g (MLE)	Chleb razowy 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 10g (MLE.), twaróg z koperkiem 50g (MLE)
Obiad	Grochówka 400ml (GLU PSZ.SEL), ryż zapiekany z jabłkiem 300g i budyniem 150ml (MLE) kompot owocowy 250ml		Brokułowa 400ml (MLE.SEL.GLU PSZ.), ryż zapiekany z jabłkiem 300g i budyniem 150ml (MLE) kompot owocowy 250ml		Brokułowa 400ml (MLE.SEL.GLU PSZ.), klopsik z ryby 80g w sosie pomidorowym 100ml (GLU PSZ.JAJ.RYB.SEL.), ziemniaki 200g (G), surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 10g (MLE.), kiełbasa szynkowa 30g (SOJ.), pomidor 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 10g (MLE.), kiełbasa szynkowa 30g (SOJ.), pomidor 50g	Chleb razowy 40g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 10g (MLE.), kiełbasa szynkowa 30g (SOJ.), pomidor
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa zielonogórska 80g (SOJ. GLU PSZ.MLE.) sałata 10g, pomidor 80g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa zielonogórska 80g (SOJ. GLU PSZ.MLE.) sałata 10g, pomidor 80g		Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa zielonogórska 80g (SOJ. GLU PSZ.MLE.) sałata 10g, pomidor 80g
PN	Jogurt naturalny 150g (MLE.)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2377,47 Białko (g) 100,29 Tłuszcz (g) 55,92 NKT (g) 34,27 Węglowodany (g) 354,06 Cukry (g) 62,19 Błonnik 29,27 Sól (g) 6,63	Energia (kcal) 2653,74 Białko (g) 116,90 Tłuszcz (g) 67,20 NKT (g) 41,76 Węglowodany (g) 379,97 Cukry (g) 63,91 Błonnik 32,00 Sól (g) 7,65	Energia (kcal) 2195,01 Białko (g) 78,49 Tłuszcz (g) 50,25 NKT (g) 30,76 Węglowodany (g) 344,55 Cukry (g) 85,06 Błonnik 26,62 Sól (g) 5,90	Energia (kcal) 2472,72 Białko (g) 102,52 Tłuszcz (g) 62,55 NKT (g) 38,71 Węglowodany (g) 361,52 Cukry (g) 77,49 Błonnik 28,48 Sól (g) 7,37	Energia (kcal) 1778,84 Białko (g) 90,00 Tłuszcz (g) 61,63 NKT (g) 32,50 Węglowodany (g) 199,14 Cukry (g) 21,65 Błonnik 37,24 Sól (g) 7,77

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 05.07.2024r (piątek)		
	Podstawowa / łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna Częściowo rozdrobniona
Śniadanie	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), dżem 25g/ 1szt, polędwica sopocka 50g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE), kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), dżem 25g/ 1szt, polędwica sopocka 50g (SOJ.), sałata 10g, pomidor 80g
II ŚN	Jogurt owocowy 150g (MLE.)	
Obiad	Brokułowa 400ml (MLE.SEL.GLU PSZ.), ryż zapiekany z jabłkiem 300g i budyniem 150ml (MLE) kompot owocowy 250ml	Brokułowa 400ml (MLE.SEL.GLU PSZ.), ryż zapiekany z jabłkiem 300g i budyniem 150ml (MLE) kompot owocowy 250ml
PD	Paluszki 70g (GLU PSZ.)	
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa zielonogórska 80g (SOJ. GLU PSZ.MLE.) sałata 10g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa zielonogórska 80g (SOJ. GLU PSZ.MLE.) sałata 10g, pomidor 80g
PN	Serek wiejski 200g (MLE.)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2686,23 Białko (g) 109,65 Tłuszcz (g) 76,53 NKT (g) 41,73 Węglowodany (g) 376,45 Cukry (g) 87,50 Błonnik 28,08 Sól (g) 9,30	Energia (kcal) 2686,23 Białko (g) 109,65 Tłuszcz (g) 76,53 NKT (g) 41,73 Węglowodany (g) 376,45 Cukry (g) 87,50 Błonnik 28,08 Sól (g) 9,30

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 06.07.2024r (sobota)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni,razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.MLE.GLU PSZ.</u>), sałata 20g, jabłko 200g		Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.MLE.GLU PSZ.</u>), sałata 20g, jabłko 200g		Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) , chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.MLE.GLU PSZ.</u>), sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), jajko gotowane 1szt (<u>JAJ.</u>), szczypiorek		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), twaróg z natką pietruszki 50g (<u>MLE.</u>)	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), jajko gotowane 1szt (<u>JAJ.</u>), szczypiorek
Obiad	Botwina z ziemniakiem 400ml(<u>GLU PSZ.SEL.MLE.</u>), klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, surówka z selera i jabłka z olejem 150g (<u>SEL.</u>), kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jaglanej 400ml (<u>SEL.MLE.</u>), klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jaglanej 400ml (<u>SEL.MLE.</u>), klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, surówka z selera i jabłka z olejem 150g (<u>SEL.</u>),
PD		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.</u>) rzodkiewka 30g w plastrach		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.</u>) pomidor 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica 30g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.</u>) rzodkiewka 30g w plastrach
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z jarzynami 100g (<u>RYB.SEL.</u>), sałata		Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z jarzynami 100g (<u>RYB.SEL.</u>), sałata		Herbata b/c, chleb razowy , chleb o niskim IG 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z jarzynami 100g (<u>RYB.SEL.</u>), sałata
PN	serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2026,46 Białko (g) 90,37 Tłuszcz (g) 68,96 NKT (g) 34,86 Węglowodany (g) 244,99 Cukry (g) 70,20 Błonnik pokarm. 33,88 Sól (g) 5,51	Energia (kcal) 2297,42 Białko (g) 105,26 Tłuszcz (g) 81,91 NKT (g) 42,25 Węglowodany (g) 267,78 Cukry (g) 70,83 Błonnik pokarm. 35,84 Sól (g) 6,62	Energia (kcal) 2023,14 Białko (g) 93,15 Tłuszcz (g) 58,85 NKT (g) 35,94 Węglowodany (g) 269,06 Cukry (g) 67,51 Błonnik pokarm. 28,54 Sól (g) 5,31	Energia (kcal) 2303,73 Białko (g) 110,51 Tłuszcz (g) 70,16 NKT (g) 43,43 Węglowodany (g) 294,36 Cukry (g) 69,11 Błonnik pokarm. 30,71 Sól (g) 6,33	Energia (kcal) 1931,80 Białko (g) 91,66 Tłuszcz (g) 76,92 NKT (g) 41,435 Węglowodany (g) 200,99 Cukry (g) 29,56 Błonnik pokarm. 39,61 Sól (g) 6,05

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 06.07.2024r (sobota)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JEĆZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.MLE.GLU PSZ.</u>), sałata 20g, jabłko 200g	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JEĆZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ.MLE.GLU PSZ.</u>), sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN	kisiel do picia 250ml	
Obiad	Krupnik z kaszy jaglanej 400ml (<u>SEL.MLE</u>), klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml	Krupnik z kaszy jaglanej 400ml (<u>SEL.MLE</u>), klopsik wieprzowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, buraczki 150g, kompot owocowy 250ml
P D	Paluszki 70g (<u>GLU PSZ.</u>)	
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g(<u>GLU.ME.JAJ. .SEL.SOJ.,</u>) sałata 20g
PN	serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2443,20 Białko (g) 108,00 Tłuszcz (g) 80,41 NKT (g) 43,38 Węglowodany (g) 308,48 Cukry (g) 78,79 Błonnik pokarm. 28,07 Sól (g) 7,96	Energia (kcal) 2443,20 Białko (g) 108,00 Tłuszcz (g) 80,41 NKT (g) 43,38 Węglowodany (g) 308,48 Cukry (g) 78,79 Błonnik pokarm. 28,07 Sól (g) 7,96

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 07.07.2024r (niedziela)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta jajeczna 50g (<u>JAJ.GOR.</u>), kiełbasa łopatkowa 30(<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 200g		Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 50g/2szt, kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 200g	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kiełbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 200g	Kawa zbożowa 250ml <u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT..</u>), chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta jajeczna 50g (<u>JAJ.GOR.</u>), kiełbasa łopatkowa 30(<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) pomidor 50g		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>)pomidor 50g	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>),pomidor 50g
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.MLE.</u>), udo gotowane 200g -1szt (<u>SEL.</u>), sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.MLE.</u>), udo gotowane 200g -1szt (<u>SEL.</u>), sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.MLE.</u>), udo gotowane 200g -1szt (<u>SEL.</u>), sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem
PD		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), schab gotowany w jarzynach 30g		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>) schab gotowany w jarzynach 30g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>) schab gotowany w jarzynach 30g
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU. JAJ.SOJ.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU. JAJ.SOJ.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Herbata b/c, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g(<u>GLU. JAJ.SOJ.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
PN	Chleb ryżowy 12g (1szt), twarożek z sałatą 90g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2193,41 Białko (g) 109,16 Tłuszcz (g) 70,61 NKT (g) 34,65 Węglowodany(g) 265,52 Cukry (g) 66,41 Błonnik pokarm. 29,80 Sól (g) 5,54	Energia (kcal) 2455,93 Białko (g) 128,33 Tłuszcz (g) 81,09 NKT (g) 41,23 Węglowodany(g) 286,32 Cukry (g) 69,04 Błonnik pokarm. 34,60 Sól (g) 6,81	Energia (kcal) 2170,01 Białko (g) 102,86 Tłuszcz (g) 61,98 NKT (g) 32,92 Węglowodany(g) 285,82 Cukry (g) 83,42 Błonnik pokarm. 27,51 Sól (g) 5,63	Energia (kcal) 2416,82 Białko (g) 131,39 Tłuszcz (g) 74,79 NKT (g) 40,25 Węglowodany(g) 289,97 Cukry (g) 67,75 Błonnik pokarm. 31,91 Sól (g) 7,86	Energia (kcal) 2082,99 Białko (g) 105,84 Tłuszcz (g) 78,09 NKT (g) 36,31 Węglowodany(g) 220,60 Cukry (g) 35,11 Błonnik pokarm 39,91 Sól (g) 7,52

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 07.07.2024r (niedziela)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna /Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta jajeczna 50g (<u>JAJ.GOR.</u>), kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>),sałata 20g, jabłko 200g	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.</u>) chleb pszenno- żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 50g/2szt, kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN	Budyń do picia 250ml (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.MLE.</u>), potrawka z ud kurczaka 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kompot owocowy 250ml	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.MLE.</u>), potrawka z ud kurczaka 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150g (<u>GLU PSZ.MLE.</u>), kompot owocowy 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU. JAJ.SOJ.SEL.GOR.</u>), _ sałata 20g, pomidor 80g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), _ polędwica sopocka 80g(<u>GLU. JAJ.SOJ.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
PN	Chleb ryżowy 12g (1szt), twarożek z sałatą 90g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2578,11 Białko (g) 112,763 Tłuszcz (g) 78,64 NKT (g) 78,59 Węglowodany(g) 337,78 Cukry (g) 75,97 Błonnik pokarm. 34,64 Sól (g) 5,71	Energia (kcal) 2487,39 Białko (g) 107,90 Tłuszcz (g) 62,52 NKT (g) 34,31 Węglowodany(g) 358,02 Cukry (g) 78,27 Błonnik pokarm. 32,87 Sól (g) 5,80