

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 13.05.2024r (poniedziałek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>MLE, GLU PSZ</u>), kawa mleczna (<u>GLU JEŃC. GLU ŻYT. MLE</u>) 250ml, chleb pszenno-żytni, razowy 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) kielbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ. GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Zacierka na mleku 300ml (<u>MLE. GLU PSZ.</u>), kawa mleczna (<u>GLU JEŃC. GLU ŻYT. MLE</u>) 250ml, chleb pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>) kielbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ. GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g		Kawa zbożowa b/c 250ml (<u>GLU JEŃC. 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>), kielbasa łopatkowa 80g (<u>SOJ. GOR.</u>), sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Jarzynowa 400ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), gulasz wołowy z papryką i pomidorami gotowany 200g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JEŃC.</u>), buraczki gotowane 150g kompot owocowy 250ml		Ziemniaczanka z pomidorami 400ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), gulasz wołowy z jarzynami gotowany 200g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JEŃC.</u>), buraczki gotowane 150g, kompot owocowy 250ml		Ziemniaczanka z pomidorami 400ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>), gulasz wołowy z jarzynami gotowany 200g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>), kasza jęczmienna na sypko 200g (<u>GLU JEŃC.</u>), surówka z kapusty białej z olejem 150g
PD		Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami gotowana 50g		Chleb pszenno-żytni 40g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami gotowana 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka 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>), pasta z twarogu i szynki 100g (<u>MLE. 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>), pasta z twarogu i szynki 100g (<u>MLE. 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 twarogu i szynki 100g (<u>MLE. SOJ.</u>), sałata 20g
PN	Kok pomidorowy 300ml, Wafel ryżowy 1 szt-12g				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2106,90 Białko (g) 96,73 Tłuszcz (g) 49,56 NKT (g) 29,23 Węglowodany (g) 301,71 Cukry (g) 66,37 Błonnik pokarm. 35,61 Sól (g) 7,94	Energia (kcal) 2387,08 Białko (g) 114,66 Tłuszcz (g) 60,93 NKT (g) 36,76 Węglowodany (g) 326,30 Cukry (g) 66,58 Błonnik pokarm. 41,88 Sól (g) 8,73	Energia (kcal) 2018,13 Białko (g) 90,43 Tłuszcz (g) 50,32 NKT (g) 30,69 Węglowodany (g) 285,49 Cukry (g) 53,26 Błonnik pokarm. 25,17 Sól (g) 5,73	Energia (kcal) 2301,10 Białko (g) 107,31 Tłuszcz (g) 61,50 NKT (g) 38,20 Węglowodany (g) 313,11 Cukry (g) 54,72 Błonnik pokarm. 26,81 Sól (g) 6,49	Energia (kcal) 2060,38 Białko (g) 97,79 Tłuszcz (g) 65,20 NKT (g) 34,36 Węglowodany (g) 245,65 Cukry (g) 29,49 Błonnik pokarm. 46,19 Sól (g) 7,87

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy		
Jadłospis 13.05.2024r (poniedziałek)		
	Podstawowa / łatwostrawna dziecięca	łatwostrawna częściowo rozdrobniona (dziecięca)
Śniadanie	Zacierka na mleku 300ml (<u>MLE.GLU PSZ.</u>), kawa mleczna (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE</u>) 250ml, 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, pomidor 80g	Zacierka na mleku 300ml (<u>MLE.GLU PSZ.</u>), kawa mleczna (<u>GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE</u>) 250ml, 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, pomidor 80g
II ŚN	Serek waniliowy 150g (<u>MLE</u>)	
Obiad	Ziemniaczanka z pomidorami 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	Ziemniaczanka z pomidorami 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	Kisiel do picia 250ml	
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno-żytni 120g (<u>GLU PSZ,GLU ŻYT</u>) masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE</u>), pasta z twarogu szynki 100g (<u>MLE,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>), pasta z twarogu szynki 100g (<u>MLE,SOJ</u>), sałata 20g
PN	Sok owocowo-warzywny 300ml	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2329,96 Białko (g) 111,73 Tłuszcz (g) 57,38 NKT (g) 34,05 Węglowodany (g) 322,64 Cukry (g) 109,67 Błonnik pokarm. 32,10 Sól (g) 6,23	Energia (kcal) 2329,96 Białko (g) 111,73 Tłuszcz (g) 57,38 NKT (g) 34,05 Węglowodany (g) 322,64 Cukry (g) 109,67 Błonnik pokarm. 32,10 Sól (g) 6,23

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 14.05.2024r (wtorek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300ml (<u>GLU OWS.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 z twarogu i kapusty pekińskiej z majerankiem 100g(<u>MLE.</u>), szynka łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g		Płatki owsiane na mleku 300.ml (<u>GLU OWS.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>), pasta z twarogu i pomidora z natką pietruszki 100g(<u>MLE.</u>), szynka łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g		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>), pasta z twarogu i kapusty pekińskiej z majerankiem 100g(<u>MLE.</u>), szynka łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g
II ŚN		Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) sok wielowarzywny 300ml		Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) sok wielowarzywny 300ml	Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) sok wielowarzywny 300ml
Obiad	Neapolitańska z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE. JAJ.SEL.</u>), zraz wieprzowy duszony 100g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) w sosie własnym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>),ziemniaki 200g, surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>), kompot z jabłek 250ml		Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE.SEL.</u>), pulpet drobiowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), ,sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.,SEL.</u>),ziemniaki 200g, brokuł z wody 150g, ,kompot z jabłek 250ml		Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE.SEL.</u>), pulpet drobiowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), ,sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.,SEL.</u>),ziemniaki 200g, surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>)
PD		Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.JAJSOJ.MLE.GOR.SEL.</u>), pomidor 50g		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.JAJSOJ.MLE.GOR.SEL.</u>), pomidor 50g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.JAJSOJ.MLE.GOR.SEL.</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>), pasta rybna z jarzynami 100g (<u>RYB,SEL.</u>), sałata 20g,		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 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 rybna z jarzynami 100g (<u>RYB,SEL.</u>), sałata 20g,
PN	jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2262,44 Białko (g) 103,81 Tłuszcz (g) 73,92 NKT (g) 37,18 Węglowodany (g) 282,48 Cukry (g) 57,81 Błonnik pokarm. 27,91 Sól (g) 6,38	Energia (kcal) 2526,41 Białko (g) 115,10 Tłuszcz (g) 83,92 NKT (g) 43,40 Węglowodany (g) 313,62 Cukry (g) 71,06 Błonnik pokarm. 35,17 Sól (g) 10,02	Energia (kcal) 2020,79 Białko (g) 94,31 Tłuszcz (g) 48,84 NKT (g) 29,93 Węglowodany (g) 288,37 Cukry (g) 54,96 Błonnik pokarm. 26,21 Sól (g) 4,52	Energia (kcal) 2313,58 Białko (g) 107,06 Tłuszcz (g) 58,82 NKT (g) 36,17 Węglowodany (g) 323,93 Cukry (g) 69,11 Błonnik pokarm. 31,77 Sól (g) 7,81	Energia (kcal) 1908,00 Białko (g) 87,74 Tłuszcz (g) 59,05 NKT (g) 31,70 Węglowodany (g) 236,43 Cukry (g) 35,06 Błonnik pokarm. 43,18 Sól (g) 8,43

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 14.05.2024r (wtorek)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna dziecięca Łatwostrawna częściowo rozdrobniona (dziecięca)
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300ml (<u>GLU OWS.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 z twarogu i kapusty pekińskiej z majerankiem 100g(<u>MLE.</u>), szynka łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g	Płatki owsiane na mleku 300.ml (<u>GLU OWS.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>), pasta z twarogu i pomidora z natką pietruszki 100g(<u>MLE.</u>), szynka łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g
II ŚN	Jabłko 1 szt -200g	
Obiad	Neapolitańska z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE. JAJ.SEL.</u>), pulpet drobiowy 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>) w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>),ziemniaki 200g , surówka z włoszczyzny 150g (<u>GOR.</u>) , kompot z jabłek 250ml	Krupnik z ryżu 400ml (<u>MLE.SEL.</u>), pulpet drobiowy gotowany 80g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), ,sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.,SEL.</u>),ziemniaki 200g, brokuł z wody 150g, ,kompot z jabłek 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g	
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.JAJSOJ.MLE.GOR. SEL.</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.JAJSOJ.MLE.GOR. SEL.</u>) , sałata 20g
PN	Serek wiejski 200g (<u>MLE</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2658,77 Białko (g) 134,92 Tłuszcz (g) 79,26 NKT (g) 40,05 Węglowodany (g) 335,59 Cukry (g) 67,16 Błonnik pokarm. 34,31 Sól (g) 8,49	Energia (kcal) 2446,42 Białko (g) 122,55 Tłuszcz (g) 58,37 NKT (g) 34,75 Węglowodany (g) 342,11 Cukry (g) 64,30 Błonnik pokarm. 32,87 Sól (g) 7,24

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 15.05.2024 (środa)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Manna 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>), pasta jajeczna z rzodkiewkami 50g (<u>JAJ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.MLE.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, papryka 40g		Manna na mleku (<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>), miód 25g/1szt, szynka drobiowa 50g (<u>SOJ.MLE.SEL.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>), pasta jajeczna z rzodkiewkami 50g (<u>JAJ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.MLE.SEL.GOR.</u>), sałata 20g, papryka 40g
II ŚN		Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok wielowarzywny 300ml		Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok wielowarzywny 300ml	Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok wielowarzywny 300ml
Obiad	Barszcz ukraiński 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), filet z jarzynami duszony 150g (<u>SEL.</u>), ryż brązowy na sypko 200g, sałatka z ogórka zielonego 150g, kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), gulasz drobiowy ze szpinakiem gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ryż biały na sypko 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 250ml		Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), gulasz drobiowy ze szpinakiem gotowany 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ryż brązowy na sypko 200g, surówka z marchwi z olejem 150g
PD		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z pomidorami 50g(<u>RYB.SEL.</u>)		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z pomidorami 50g(<u>RYB.SEL.</u>)	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta rybna z pomidorami 50g(<u>RYB.SEL.</u>)
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 60g		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 60g		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 60g
PN	Serek homogenizowany naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2316,00 Białko (g) 109,49 Tłuszcz (g) 78,50 NKT (g) 38,72 Węglowodany (g) 277,87 Cukry (g) 57,17 Błonnik pokarm 37,33 Sól (g) 6,14	Energia (kcal) 2586,49 Białko (g) 127,15 Tłuszcz (g) 82,10 NKT (g) 4,34 Węglowodany(g) 309,11 Cukry (g) 69,78 Błonnik pokarm 42,85 Sól (g) 8,26	Energia (kcal) 2418,79 Białko (g) 108,48 Tłuszcz (g) 70,31 NKT (g) 39,99 Węglowodany(g) 320,42 Cukry (g) 59,62 Błonnik pokarm 26,02 Sól (g) 6,20	Energia (kcal) 2745,93 Białko (g) 126,99 Tłuszcz (g) 81,38 NKT (g) 46,35 Węglowodany(g) 356,72 Cukry (g) 73,28 Błonnik pokarm 31,57 Sól (g) 9,60	Energia (kcal) 2188,68 Białko (g) 104,81 Tłuszcz (g) 78,05 NKT (g) 41,14 Węglowodany (g) 241,41 Cukry (g) 34,35 Błonnik pokarm 48,64 Sól (g) 8,93

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 15.05.2024 (środa)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE.), kawa mleczna 250ml (GLU JEĆZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), pasta jajeczna z rzodkiewkami 50g (JAJ.), szynka drobiowa 30g (SOJ.MLE.SEL.GOR.), sałata 20g, papryka 40g	Manna na mleku 300ml (GLU PSZ.MLE.), kawa mleczna 250ml (GLU JEĆZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), dżem 25g/1szt, szynka drobiowa 50g (SOJ.MLE.SEL.GOR.), sałata 20g, jabłko 150g
II ŚN	Serek homogenizowany owocowy 150g (MLE.)	
Obiad	Barszcz ukraiński 400ml (GLU PSZ.MLE.SEL.), filec z jarzynami duszony 150g (SEL.), ryż brązowy na sypko 200g, sałatka z ogórka zielonego 150g, kompot owocowy 250ml (G)	Kalafiorowa 400ml (GLU PSZ.MLE.SEL.), gulasz drobiowy ze szpinakiem gotowany 200g (GLU PSZ.SEL.), ryż biały na sypko 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 250ml
PD	Kisiel do picia 250ml	
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa szynkowa 80g (SOJ.), sałata 20g, pomidor 60g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.), masło 82% tłuszczu 15g (MLE.), kiełbasa szynkowa 80g (SOJ.), sałata 20g, pomidor 60g
PN	Mus owocowy 100g - produkt pasteryzowany	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2497,84 Białko (g) 110,09 Tłuszcz (g) 29,87 NKT (g) 35,14 Węglowod.(g) 332,71 Cukry (g) 104,32 Błonnik pokarm 33,87 Sól (g) 5,96	Energia (kcal) 2355,81 Białko (g) 106,60 Tłuszcz (g) 53,02 NKT (g) 30,96 Węglowodany (g) 345,04 Cukry (g) 106,21 Błonnik pokarm 27,13 Sól (g) 6,24

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 16.05. 2024r (czwartek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciężowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciężowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka 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>), miód 25g/1szt, szynka wieprzowa 50g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 150g	Zacierka 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>), szynka wieprzowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 150g	Zacierka na mleku (<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>), miód 25g/1szt, szynka wieprzowa 50g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 150g	Zacierka na mleku (<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>), szynka wieprzowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, 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>), szynka wieprzowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 150g
II ŚN		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Rosół z makaronem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), udo gotowane 250g, sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), udo gotowane 250g, sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, kalafior z wody 150g, kompot owocowy 250ml	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), udo gotowane 250g, 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.</u>), udo gotowane 250g, sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, kalafior z wody 150g
PD		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 1 szt. (<u>JAJ.</u>), szczypiorek		Chleb pszenno-żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka delikatesowa 30 (<u>SOJ.</u>), sałata 10g	Chleb razowy 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 1 szt. (<u>JAJ.</u>), szczypiorek
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE.GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata 10g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE.GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata 10g		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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE.GOR. SEL.SOJ.</u>) sałata 10g
PN	Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok wielowarzywny 300ml				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2260,94 Białko (g) 101,15 Tłuszcz (g) 68,01 NKT (g) 31,85 Węglowodany (g) 295,13 Cukry (g) 65,60 Błonnik pokarmowy 33,51 Sól (g) 8,78	Energia (kcal) 2546,60 Białko (g) 114,04 Tłuszcz (g) 82,55 NKT (g) 40,54 Węglowodany (g) 319,21 Cukry (g) 67,74 Błonnik pokarmowy 36,87 Sól (g) 7,83	Energia (kcal) 2340,85 Białko (g) 107,90 Tłuszcz (g) 63,70 NKT (g) 34,16 Węglowodany (g) 317,60 Cukry (g) 71,00 Błonnik pokarmowy 30,36 Sól (g) 7,61	Energia (kcal) 2577,81 Białko (g) 123,35 Tłuszcz (g) 79,88 NKT (g) 45,17 Węglowodany (g) 324,72 Cukry (g) 74,07 Błonnik pokarmowy 33,22 Sól (g) 9,56	Energia (kcal) 2049,47 Białko (g) 105,02 Tłuszcz (g) 69,68 NKT (g) 36,71 Węglowodany (g) 231,28 Cukry (g) 40,15 Błonnik pokarmowy 41,58 Sól (g) 8,24

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 16.05. 2024r (czwartek)		
	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Zacierka na mleku (<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 25g/1szt, szynka wieprzowa 50g (<u>SOJ.</u>) sałata 10g, jabłko 150g	Zacierka na mleku (<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 25g/1szt, szynka wieprzowa 50g (<u>SOJ.</u>) sałata 10g, jabłko 150g
II ŚN	Serek owocowy 150g (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), udo gotowane 250g, sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, kalafior z wody 150g, kompot	Pomidorowa z makaronem 400ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), udo gotowane 250g, sos koperkowy 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, kalafior z wody 150g, kompot
PD	Chrupki kukurydziane 70g	
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 80g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) sałata 10g, pomidor 60g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 80g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) sałata 10g, pomidor 60g
PN	Chleb chrupki 5g-1zt. (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) , twarożek z natką pietruszki 80g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2709,55 Białko (g) 143,98 Tłuszcz (g) 71,04 NKT (g) 38,19 Węglowodany (g) 357,57 Cukry (g) 84,38 Błonnik pokarmowy 32,90 Sól (g) 6,55	Energia (kcal) 2709,55 Białko (g) 143,98 Tłuszcz (g) 71,04 NKT (g) 38,19 Węglowodany (g) 357,57 Cukry (g) 84,38 Błonnik pokarmowy 32,90 Sól (g) 6,55

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 17.05 2024r (piątek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Ryż 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>), dżem 25g/1szt, ser żółty 50g (<u>MLE.</u>), sałata 20g, jabłko 200g SG		Ryż 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., szynka wieprzowa 50g (<u>SOJ.</u>),sałata 20g, jabłko 200g	Ryż 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>), szynka wieprzowa 80g (<u>SOJ.</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>), szynka wieprzowa 80g (<u>SOJ.</u>),sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Grochówka 400ml (<u>SEL</u>), naleśniki z serem 200g (<u>GLU PSZ.MLE.JAJ.</u>), kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), klopsik z ryby 100g w sosie pomidorowym 100ml (<u>GLU PSZ.RYB.JAJ.</u>), ziemniaki 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 250ml		Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), klopsik z ryby 100g w sosie pomidorowym 100ml (<u>GLU PSZ.RYB.JAJ.</u>), ziemniaki 200g,, surówka z kapusty kwaszonej z olejem
PD		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.MLE.SEL.GOR.</u>), rzodkiewka 30g		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.MLE.SEL.GOR.</u>), pomidor 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>SOJ.MLE.SEL.GOR.</u>), rzodkiewka 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 mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>), sałata 20g, ogórek 80g		Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>), sałata 20g, pomidor 60g		Herbata b/c, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>), sałata 20g, ogórek 80g
PN	Sok pomidorowy 300ml				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2545,76 Białko (g) 105,38 Tłuszcz (g) 78,40 NKT (g) 41,57 Węglowodany (g) 323,57 Cukry (g) 73,88 Błonnik 35,91 Sól (g) 6,28	Energia (kcal) 2767,49 Białko (g) 120,35 Tłuszcz (g) 89,43 NKT (g) 49,05 Węglowodany (g) 351,89 Cukry (g) 76,69 Błonnik 37,56 Sól (g) 8,10	Energia (kcal) 2195,10 Białko (g) 77,47 Tłuszcz (g) 66,27 NKT (g) 31,24 Węglowodany (g) 306,30 Cukry (g) 73,49 Błonnik 32,88 Sól (g) 6,66	Energia (kcal) 2486,17 Białko (g) 91,89 Tłuszcz (g) 81,06 NKT (g) 40,19 Węglowodany (g) 326,66 Cukry (g) 77,64 Błonnik 34,33 Sól (g) 8,84	Energia (kcal) 1968,68 Białko (g) 75,32 Tłuszcz (g) 76,67 NKT (g) 35,30 Węglowodany (g) 231,77 Cukry (g) 39,87 Błonnik 39,68 Sól (g) 9,16

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 17.05 2024r (piątek)

	Podstawowa dziecięca	Łatwostrawna / Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Ryż 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>), dżem 25g/1szt, ser żółty 50g (<u>MLE.</u>), sałata 20g, jabłko 200g	Ryż 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., szynka 50g (<u>SOJ.</u>),sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN	Kisiel do picia 250ml	
Obiad	Grochówka 400ml(<u>SEL.</u>), naleśniki z serem 300g -2szt (<u>GLU PSZ.MLE.JAJ.</u>), kompot owocowy 250ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), klopsik z ryby 100g w sosie pomidorowym 100ml (<u>GLU PSZ.RYB.JAJ.</u>), ziemniaki 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 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>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>), sałata 20g, ogórek 80g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>), sałata 20g, pomidor 60g
PN	Sok wielowarzywny 300ml	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2868,23 Białko (g) 116,70 Tłuszcz (g) 82,78 NKT (g) 43,61 Węglowodany (g) 393,53 Cukry (g) 88,12 Błonnik 41,25 Sól (g) 5,58	Energia (kcal) 2505,91 Białko (g) 86,57 Tłuszcz (g) 71,92 NKT (g) 32,96 Węglowodany (g) 359,93 Cukry (g) 87,27 Błonnik pokarm 38,02 Sól (g) 7,53

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 18.05.2024r (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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>),szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata z rzodkiewką i oliwą 50g		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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>),szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata z oliwą 50g		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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>),szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata z rzodkiewką i oliwą 50g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g(<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), pomidor 50g		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), pomidor 50g	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), pomidor 50g
Obiad	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 400ml (<u>GLU PSZ,SEL.</u>), makaron z mięsem 300g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), buraczek gotowany 150g kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z ryżem 400ml(<u>SEL.MLE.</u>), klopsik drobiowy 80g w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL</u>), ziemniaki 200g , buraczek gotowany 150g, kompot owocowy 250ml		Pomidorowa z ryżem 400ml(<u>SEL.MLE.</u>), klopsik drobiowy 80g w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL</u>), ziemniaki 200g , surówka z kapusty pekińskiej olejem 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta mięsna z jarzynami 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kielbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, ogórek 80g		Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni 120g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kielbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g		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>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), kielbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata 10g, ogórek 80g
PN	Sok wielowarzywny 300ml				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2004,38 Białko (g) 87,60 Tłuszcz (g) 59,40 NKT (g) 27,36 Węglowodany (g) 265,73 Cukry (g) 67,69 Błonnik pokarm. 30,69 Sól (g) 7,84	Energia (kcal) 2269,92 Białko (g) 106,21 Tłuszcz (g) 70,35 NKT (g) 34,32 Węglowodany (g) 286,72 Cukry (g) 64,76 Błonnik pokarm. 35,49 Sól (g) 8,92	Energia (kcal) 1870,40 Białko (g) 85,69 Tłuszcz (g) 48,63 NKT (g) 27,22 Węglowodany (g) 260,06 Cukry (g) 67,96 Błonnik pokarm. 26,58 Sól (g) 7,92	Energia (kcal) 2135,93 Białko (g) 104,30 Tłuszcz (g) 59,58 NKT (g) 34,19 Węglowodany (g) 281,05 Cukry (g) 70,73 Błonnik pokarm. 31,38 Sól (g) 9,00	Energia (kcal) 1843,69 Białko (g) 92,31 Tłuszcz (g) 64,46 NKT (g) 31,85 Węglowodany (g) 205,18 Cukry (g) 19,33 Błonnik pokarm. 39,77 Sól (g) 6,71

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy

Jadłospis 18.05.2024r (sobota)

	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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>),szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata z rzodkiewką i oliwą 50g	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>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>),szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), sałata z oliwą 50g
II ŚN	Kisiel do picia 250ml	
Obiad	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 400ml (<u>GLU PSZ,SEL.</u>), makaron z mięsem 300g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), buraczek gotowany 150g kompot owocowy 250ml	Pomidorowa z ryżem 400ml(<u>SEL.MLE.</u>), klopsik drobiowy 80g w sosie koperkowym 100ml (<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, buraczek gotowany 150g, kompot owocowy 250ml
PD	Paluszki 70g (<u>GLU PSZ.</u>)	
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 10g, ogórek 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 10g, pomidor 60g
PN	Sok owocowo – warzywny 300ml	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2423,43 Białko (g) 96,27 Tłuszcz (g) 78,33 NKT (g) 33,59 Węglowodany (g) 317,30 Cukry (g) 93,48 Błonnik pokarm. 34,00 Sól (g) 8,78	Energia (kcal) 2306,74 Białko (g) 94,85 Tłuszcz (g) 67,60 NKT (g) 33,44 Węglowodany (g) 315,24 Cukry (g) 97,99 Błonnik pokarm. 30,63 Sól (g) 7,41

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy

Jadłospis 19.05.2024r (niedziela)

	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>) , masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ.</u>) , kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g, 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 10g, 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 10g, 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 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g, jabłko 200g	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>) jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ.</u>) , kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g, jabłko 200g
II ŚN		Serek naturalny 150g(<u>MLE.</u>)		Serek naturalny 150g(<u>MLE.</u>)	Serek naturalny 150g(<u>MLE.</u>)
Obiad	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), kotlet schabowy 100g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), ziemniaki 200g, kapusta biała gotowana 150g (<u>GLU PSZ.</u>), kompot owocowy 250ml	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), schab gotowany 80g w sosie 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150 (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), kompot owocowy 250ml	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), schab gotowany 80g w sosie 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150 (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), kompot owocowy 250ml	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), schab gotowany w sosie 80g w sosie 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g surówka z marchwi z olejem 150g	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), schab gotowany w sosie 80g w sosie 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g surówka z marchwi z olejem 150g
PD		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 50g	Chleb o niskim IG 40g chleb o niskim IG 100g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), pasta z kurczaka z jarzynami 50g
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.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g	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.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g	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.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g	Herbata z/c 250ml , chleb pszenno- żytni, razowy 120g (<u>GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g
PN	Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) twarożek z sałatą 80g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2042,55 Białko (g) 95,55 Tłuszcz (g) 67,34 NKT (g) 29,48 Węglowodany(g) 251,62 Cukry (g) 66,69 Błonnik pokarm. 30,87 Sól (g) 5,55	Energia (kcal) 2449,97 Białko (g) 124,83 Tłuszcz (g) 89,24 NKT (g) 43,76 Węglowodany(g) 2674,81 Cukry (g) 69,52 Błonnik pokarm. 35,67 Sól (g) 6,98	Energia (kcal) 1863,29 Białko (g) 91,48 Tłuszcz (g) 89,16 NKT (g) 29,37 Węglowodany(g) 254,73 Cukry (g) 80,07 Błonnik pokarm. 24,26 Sól (g) 5,28	Energia (kcal) 2264,71 Białko (g) 128,02 Tłuszcz (g) 71,63 NKT (g) 44,48 Węglowodany(g) 264,86 Cukry (g) 63,96 Błonnik pokarm. 26,38 Sól (g) 7,49	Energia (kcal) 2005,51 Białko (g) 113,47 Tłuszcz (g) 75,10 NKT (g) 39,95 Węglowodany(g) 199,77 Cukry (g) 36,63 Błonnik pokarm. 41,13 Sól (g) 5,54

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy

Jadłospis 19.05.2024r (niedziela)

	Podstawowa dziecięca	Lekkostrawna/ 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>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ.</u>), kiełbasa łopatkowa 30g (<u>SOJ.GOR.</u>), sałata 10g, 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 10g, jabłko 200g
II ŚN	Budyń do picia 250ml (<u>MLE.</u>)	
Obiad	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), kotlet schabowy 100g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), ziemniaki 200g, kapusta biała gotowana 150g (<u>GLU PSZ.</u>), kompot owocowy 250ml	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.JAJ.SEL.</u>), schab gotowany 80g w sosie 100ml (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), ziemniaki 200g, marchew gotowana 150 (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), kompot owocowy 250ml
PD	Mus owocowo-warzywny 100g	
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.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 60g	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.MLE.SEL.GOR. SOJ.</u>), sałata 10g, pomidor 80g
PN	Chleb chrupki 5g -1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) twarożek z sałatką 80g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2276,82 Białko (g) 103,42 Tłuszcz (g) 72,25 NKT (g) 32,49 Węglowodany(g) 290,11 Cukry (g) 86,53 Błonnik pokarm. 32,81 Sól (g) 5,86	Energia (kcal) 2097,56 Białko (g) 99,36 Tłuszcz (g) 53,07 NKT (g) 32,38 Węglowodany(g) 293,21 Cukry (g) 99,91 Błonnik pokarm. 26,20 Sól (g) 5,57