

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 15.07.2024r (poniedziałek)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml (.MLE.) , kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni, razowy 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , kiełbasa szynkowa 50g (SOJ.) , miód 25g/1szt, sałata 20g, papryka 40g	Kasza jaglana na mleku 300ml (.MLE.) , kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , kiełbasa szynkowa 80g (SOJ.) , sałata 20g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (.MLE.) , kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , kiełbasa szynkowa 50g (SOJ.) , miód 25g/1szt, sałata 20g, pomidor 80g	Kasza jaglana na mleku 300ml (.MLE.) , kawa mleczna 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.MLE.) chleb pszenno- żytni 100g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , kiełbasa szynkowa 80g (SOJ.) , sałata 20g, pomidor 80g	Kawa zbożowa b/c 250ml (GLU JĘCZ.GLU ŻYT.) , chleb razowy, chleb o niskim IG 100g (GLU PSZ.GLU ŻYT.GLU ORK.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , kiełbasa szynkowa 80g (SOJ.) , sałata 20g, papryka 40g
II ŚN		serek wiejski 150g (MLE.)		serek wiejski 150g (MLE.)	serek wiejski 150g (MLE.)
Obiad	Zupa z soczewicy 400ml (SEL.) , gulasz wieprzowy duszony 200g (GLU PSZ.SEL.) , kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU JĘCZ.) , buraczki gotowane 150g, kompot owocowy 250ml	Marchwianka 400m (GLU PSZ.SEL.MLE.) , gulasz wołowy gotowany 200g (GLU PSZ.SEL.) , kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU JĘCZ.) , buraczki gotowane 150g, kompot owocowy 250ml			Zupa z soczewicy 400ml (SEL.) , gulasz wołowy gotowany 200g (GLU PSZ.SEL.) , kasza jęczmienna na sypko 200g (GLU JĘCZ.) , surówka z kapusty białej z olejem 150g,
PD		Chleb razowy 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 10g (MLE.) , jajko got. (JAJ.) , pomidor 50g		Chleb pszenno- żytni 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 10g (MLE.) , kiełbasa łopatkowa 30g (SOJ.GOR.) , pomidor 50g	Chleb razowy 40g, (GLU PSZ. GLU ŻYT.) , masło 10g (MLE.) , jajko got. (JAJ.) , pomidor 50g
Kolacja	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni, razowy 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , pulpet z ryby 70g (GLU PSZ..JAJ.RYB.) , polędwica sopocka 30g (GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.) , sałata 20g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , pulpet z ryby 70g (GLU PSZ..JAJ.RYB.) , polędwica sopocka 30g (GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.) , sałata 20g	Herbata z/c 250ml, chleb pszenno- żytni 120g (GLU PSZ.GLU ŻYT.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , pulpet z ryby 70g (GLU PSZ..JAJ.RYB.) , polędwica sopocka 30g (GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.) , sałata 20g	Herbata b/c 250ml, chleb razowy, chleb o niskim IG 120g (GLU ŻYT.GLU PSZ. GLU ORK.) , masło 82% tłuszczu 15g (MLE.) , pulpet z ryby 70g (GLU PSZ..JAJ.RYB.) , polędwica sopocka 30g (GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR. SOJ.) , sałata 20g	
PN	Chleb chrupki (GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.) , jogurt naturalny 150g (MLE.)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2360,34 Białko (g) 92,10 Tłuszcz (g) 56,94 NKT (g) 27,58 Węglowodany (g) 348,77 Cukry (g) 55,29 Błonnik pokarm. 36,38 Sól (g) 4,68	Energia (kcal) 2513,36 Białko (g) 119,78 Tłuszcz (g) 86,46 NKT (g) 47,00 Węglowodany (g) 317,32 Cukry (g) 59,94 Błonnik pokarm. 35,57 Sól (g) 8,42	Energia (kcal) 2257,76 Białko (g) 90,67 Tłuszcz (g) 48,22 NKT (g) 29,76 Węglowodany (g) 343,48 Cukry (g) 56,80 Błonnik pokarmowy 25,90 Sól (g) 6,01	Energia (kcal) 2510,04 Białko (g) 137,12 Tłuszcz (g) 69,21 NKT (g) 40,34 Węglowodany (g) 231,08 Cukry (g) 59,23 Błonnik pokarm. 28,51 Sól (g) 5,26	Energia (kcal) 2213,02 Białko (g) 119,52 Tłuszcz (g) 65,07 NKT (g) 31,21 Węglowodany (g) 258,93 Cukry (g) 27,41 Błonnik pokarm. 49,90 Sól (g) 6,24

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 15.07.2024r (poniedziałek)		
	Podstawowa / Łatwostrawna dziecięca	Łatwostrawna częściowo rozdrobniona dziecięca
Śniadanie	Kasza jagłana 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 jagłana 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	jabłko 200g	
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.JAJ.MLE.SEL.GOR.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>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU.JAJ.MLE.SEL.GOR.SOJ.</u>), sałata 10g
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 16.07.2024r (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, ogórek 80g	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, ogórek 80g
II ŚN		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)		serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)	serek wiejski 150g (<u>MLE.</u>)
Obiad	Koperkowa z lanym ciastem 400ml(<u>GLU PSZ.MLE.SEL.JAJ.</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) 1992,60 Białko (g) 98,29 Tłuszcz (g) 71,86 NKT (g) 30,89 Węglowodany (g) 250,75 Cukry (g) 49,43 Błonnik pokarm 32,52 Sól (g) 5,90	Energia (kcal) 2470,80 Białko (g) 126,29 Tłuszcz (g) 89,11 NKT (g) 42,39 Węglowodany (g) 272,5 Cukry (g) 50,88 Błonnik pokarm 35,88 Sól (g) 8,37	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) 2077,58 Białko (g) 101,25 Tłuszcz (g) 78,61 NKT (g) 41,80 Węglowodany (g) 221,50 Cukry (g) 12,75 Błonnik pokarm 35,14 Sól (g) 6,42

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 16.07.2024r (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 17.07.2024r (środa)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa/laktacja)	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>), twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 80g (<u>MLE.</u>), dżem 25g/1szt., sałata 10g, jabłko 200g	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>), twarożek z natką pietruszki80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR.SEL.SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 200g	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>), twarożek z natką pietruszki80g (<u>MLE.</u>), dżem 25g, jabłko	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>), twarożek z natką pietruszki80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR.SEL.SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 200g	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 natką pietruszki80g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR.SEL.SOJ.</u>), sałata 10g, jabłko 200g
II ŚN		Chleb chrupki 5g 1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok pomidorowy 300ml		Chleb chrupki 5g-1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), Sok pomidorowy 300ml	Chleb chrupki 5g 1szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>) Sok pomidorowy 300ml
Obiad	Kalafiorowa 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), leczko z kiełbasą 200g (<u>SEL,SOJ.</u>), ryż biały na sypko 200g, kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony zabieleny 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 zielonogórska 80g (<u>SOJ. GLU PSZ.MLE.</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>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ. GLU PSZ.MLE.</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>), kiełbasa zielonogórska 80g (<u>SOJ. GLU PSZ.MLE.</u>), sałata 10g, pomidor 60g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), jogurt naturalny 150g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2173,14 Białko (g) 85,62 Tłuszcz (g) 56,61 NKT (g) 31,22 Węglowodany (g) 315,20 Cukry (g) 77,88 Błonnik pokarm 29,95 Sól (g) 5,89	Energia (kcal) 2563,31 Białko (g) 117,49 Tłuszcz (g) 68,74 NKT (g) 37,23 Węglowodany (g) 351,08 Cukry (g) 71,85 Błonnik pokarm 37,86 Sól (g) 8,36	Energia (kcal) 2315,01 Białko (g) 98,67 Tłuszcz (g) 59,62 NKT (g) 31,36 Węglowodany (g) 329,42 Cukry (g) 72,14 Błonnik pokarm 32,71 Sól (g) 5,66	Energia (kcal) 2563,31 Białko (g) 117,49 Tłuszcz (g) 68,74 NKT (g) 37,23 Węglowodany (g) 351,08 Cukry (g) 71,85 Błonnik pokarm 37,86 Sól (g) 8,36	Energia (kcal) 2105,08 Białko (g) 100,07 Tłuszcz (g) 65,91 NKT (g) 33,11 Węglowodany (g) 255,61 Cukry (g) 43,48 Błonnik pokarm 48,56 Sól (g) 7,50

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 17.07.2024r (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.), twaróg z natką pietruszki 80g (MLE.), dżem 25g, jabłko	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.), twaróg z natką pietruszki 80g (MLE.), dżem 25g, jabłko
II ŚN	Serek homogenizowany owocowy 150g (MLE.)	
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny 400ml (GLU PSZ.MLE.SEL.), gulasz drobiowy z koperkiem 200g (GLU PSZ.SEL.), ryż biały na sypko 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 250ml	Barszcz czerwony zabieleny 400ml (GLU PSZ.MLE.SEL.), gulasz drobiowy z koperkiem 200g (GLU PSZ.SEL.), ryż biały na sypko 200g, surówka z marchwi z olejem 150g, kompot owocowy 250ml
PD	chrupki kukurydziane 70g	
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 60g	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 60g
PN	Mus owocowy 100g - produkt pasteryzowany	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2616,76 Białko (g) 119,98 Tłuszcz (g) 64,19 NKT (g) 33,50 Węglowodany (g) 372,44 Cukry (g) 95,47 Błonnik pokarm 37,42 Sól (g) 5,09	Energia (kcal) 2616,76 Białko (g) 119,98 Tłuszcz (g) 64,19 NKT (g) 33,50 Węglowodany (g) 372,44 Cukry (g) 95,47 Błonnik pokarm 37,42 Sól (g) 5,09

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
18.07.2024r (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>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.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>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>), polędwica sopocka 80g (<u>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.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 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>), filet z kurczaka gotowany 90g, sos koperkowy 100g (<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 cieciorci 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 łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</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 cieciorci 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) 1992,75 Białko (g) 112,65 Tłuszcz (g) 58,82 NKT (g) 35,42 Węglowodany (g) 244,05 Cukry (g) 52,68 Błonnik pokarmowy 20,10 Sól (g) 6,52	Energia (kcal) 2282,66 Białko (g) 129,19 Tłuszcz (g) 69,03 NKT (g) 42,04 Węglowodany (g) 274,00 Cukry (g) 61,46 Błonnik pokarmowy 25,34 Sól (g) 8,56	Energia (kcal) 1962,91 Białko (g) 107,73 Tłuszcz (g) 76,44 NKT (g) 38,46 Węglowodany (g) 194,59 Cukry (g) 23,24 Błonnik pokarmowy 39,87 Sól (g) 6,59

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy 18.07.2024r (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>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.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>GLU.ME.JAJ.GOR.SEL.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 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
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 ciecioriki 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 łopatkowa 80g (<u>SOJ.GOR.</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) 2287,14 Białko (g) 118,77 Tłuszcz (g) 60,93 NKT (g) 35,73 Węglowodany (g) 302,24 Cukry (g) 66,84 Błonnik pokarmowy 28,34 Sól (g) 6,55

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 19.07. 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		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 200
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>),ryba smażona (<u>RYB.JAJ.GLU PSZ.</u>), ziemniaki 200g, surówka z marchwi z chrzanem 150g (<u>GOR.</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, brokuł z wody 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 marchwi 150g
PD		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), rzodkiewka 30g		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>), pomidor 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</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, pomidor 60g		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 z mięsna z jarzynami gotowana 100g (<u>SEL.</u>),sałata 20g,pomidor 60g
PN	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2531,26 Białko (g) 115,58 Tłuszcz (g) 83,46 NKT (g) 38,81 Węglowodany (g) 297,66 Cukry (g) 74,87 Błonnik 38,96 Sól (g) 6,89	Energia (kcal) 2752,99 Białko (g) 130,55 Tłuszcz (g) 94,49 NKT (g) 46,29 Węglowodany (g) 325,98 Cukry (g) 77,68 Błonnik 40,61 Sól (g) 8,71	Energia (kcal) 2245,00 Białko (g) 101,35 Tłuszcz (g) 63,97 NKT (g) 35,62 Węglowodany (g) 306,70 Cukry (g) 72,39 Błonnik 28,78 Sól (g) 6,83	Energia (kcal) 2536,07 Białko (g) 105,77 Tłuszcz (g) 78,76 NKT (g) 44,57 Węglowodany (g) 327,06 Cukry (g) 66,54 Błonnik 30,23 Sól (g) 9,0,1	Energia (kcal) 2042,58 Białko (g) 100,46 Tłuszcz (g) 71,52 NKT (g) 39,69 Węglowodany (g) 236,58 Cukry (g) 35,36 Błonnik 36,72 Sól (g) 8,38

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 19.07. 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 100g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>), masło 82% tłuszczu 15g (<u>MLE.</u>), dżem 25g/ 1szt., szynka ogonówka 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>), dżem 25g/ 1szt., szynka ogonówka 50g (<u>SOJ.</u>),sałata 20g, jabłko 200g
II ŚN	Kisiel do picia 250ml	
Obiad	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, brokuł z wody 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, brokuł z wody 150g , kompot owocowy 250ml
PD	Chrupki kukurydziane 70g 1op	
Kolacja	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 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	Serek wiejski 200g (<u>MLE.</u>)	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2555,81 Białko (g) 110,45 Tłuszcz (g) 69,62 NKT (g) 37,34 Węglowodany (g) 360,33 Cukry (g) 76,15 Błonnik pokarm 33,92 Sól (g) 7,70	Energia (kcal) 2555,81 Białko (g) 110,45 Tłuszcz (g) 69,62 NKT (g) 37,34 Węglowodany (g) 360,33 Cukry (g) 76,15 Błonnik pokarm 33,92 Sól (g) 7,70

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 20.07.2024r (sobota)

	Podstawowa	Podstawowa (ciężowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciężowa/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>), miód 50g/2szt, szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR.SEL. SOJ.</u>) sałata 20g, pomidor 80g	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 drobiowa 80g (<u>MLE,GOR.SEL.SOJ.</u>) sałata 20g, pomidor 80g	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 50g/2szt, szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) sałata 20g, pomidor 80g	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 drobiowa 80g (<u>MLE,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>), drobiowa 80g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) sałata 20g, pomidor 80g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), polędwica sopocka 30g(<u>SOJ.</u>), sałata 10g
Obiad	Jarzynowa z ziemniakiem 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), sos pomidorowy z mięsem wieprzowym mielonym 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), sałatka z ogórka z oliwą 150g, kompot z jabłek 250ml		Ziemniaczanka 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), sos pomidorowy z mięsem 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), buraczki gotowane 150g, kompot z jabłek 250ml		Ziemniaczanka 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), sos pomidorowy z mięsem 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), sałatka z ogórka z oliwą 150g,
PD		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pulpet drobiowy 50g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), pomidor 50g		Chleb pszenno żytni 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pulpet drobiowy 50g (<u>GLU PSZ.JAJ.</u>), pomidor 50g	Chleb razowy 40g (<u>GLU PSZ.GLU ŻYT.</u>), masło 10g (<u>MLE.</u>), pulpet drobiowy 50g (<u>GLU PSZ.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>), kiełbasa szynkowa 80g (<u>SOJ.</u>), sałata z rzodkiewką i oliwą 50g		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 z oliwą 50g		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 z rzodkiewką i oliwą 50g
PN	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JĘCZ.</u>), twarożek z koperkiem 80g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2 089,86 Białko (g) 85,60 Tłuszcz (g) 57,82 NKT (g) 27,81 Węglowodany (g) 301,13 Cukry (g) 53,50 Błonnik pokarm. 34,71 Sól (g) 5,30	Energia (kcal) 2136,10 Białko (g) 112,78 Tłuszcz (g) 58,77 NKT (g) 28,75 Węglowodany (g) 324,34,64 Cukry (g) 61,48 Błonnik pokarm. 36,09 Sól (g) 5,93	Energia (kcal) 2147,13 Białko (g) 92,42 Tłuszcz (g) 53,05 NKT (g) 28,75 Węglowodany (g) 316,60 Cukry (g) 60,70 Błonnik pokarm. 23,31 Sól (g) 5,35	Energia (kcal) 2185,17 Białko (g) 115,50 Tłuszcz (g) 54,30 NKT (g) 29,68 Węglowodany (g) 292,56 Cukry (g) 60,84 Błonnik pokarm. 24,11 Sól (g) 5,74	Energia (kcal) 2041,89 Białko (g) 108,39 Tłuszcz (g) 6712 NKT (g) 32,97 Węglowodany (g) 241,13 Cukry (g) 18,61 Błonnik pokarm. 37,34 Sól (g) 5,40

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 20.07.2024r (sobota)

	Podstawowa dziecięca	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 20g, pomidor 80g	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 20g, pomidor 80g
II ŚN	kisiel do picia 250ml	
Obiad	Jarzynowa z ziemniakiem 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), sos pomidorowy z mięsem wieprzowym mielonym 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), sałatka z ogórka z oliwą 150g, kompot z jabłek 250ml	Ziemniaczanka 400ml (<u>GLU PSZ.MLE.SEL.</u>), sos pomidorowy z mięsem 200g (<u>GLU PSZ.SEL.</u>), makaron 200g (<u>GLU PSZ.</u>), buraczki gotowane 150g, kompot z jabłek 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 z rzodkiewką i oliwą 50g	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 z oliwą 50g
PN	Sok marchwiowo – bananowy 330ml	
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2333,66 Białko (g) 87,18 Tłuszcz (g) 57,39 NKT (g) 28,03 Węglowodany (g) 354,66 Cukry (g) 92,82 Błonnik pokarm. 38,94 Sól (g) 7,40	Energia (kcal) 2395,26 Białko (g) 93,90 Tłuszcz (g) 53,87 NKT (g) 53,86 Węglowodany (g) 369,75 Cukry (g) 101,17 Błonnik pokarm. 27,27 Sól (g) 7,47

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy
Jadłospis 21.07.2024r (niedziela)

	Podstawowa	Podstawowa (ciążowa)	Łatwostrawna	Łatwostrawna (ciążowa/laktacja)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JE CZ.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, papryka 40g		Kawa mleczna 250ml (<u>GLU JE CZ.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 JE CZ.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 JE CZ.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, papryka 40g
II ŚN		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JE CZ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>) pomidor 50g		Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JE CZ.</u>), szynka drobiowa 30g (<u>MLE,GOR. SEL.SOJ.</u>)pomidor 50g	Chleb chrupki (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.GLU JE CZ.</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, kapusta 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 białej 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 sałata 90g (<u>MLE.</u>)				
Wartości odżywcze	Energia (kcal) 2159,87 Białko (g) 110,57 Tłuszcz (g) 71,12 NKT (g) 32,22 Węglowodany(g) 261,38 Cukry (g) 58,51 Błonnik pokarm. 27,76 Sól (g) 5,69	Energia (kcal) 2422,79 Białko (g) 129,74 Tłuszcz (g) 81,57 NKT (g) 38,83 Węglowodany(g) 272,18 Cukry (g) 61,14 Błonnik pokarm. 32,56 Sól (g) 6,97	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) 2026,08 Białko (g) 105,71 Tłuszcz (g) 77,68 NKT (g) 36,31 Węglowodany(g) 208,74 Cukry (g) 25,87 Błonnik pokarm 37,67 Sól (g) 7,52

Zespół Opieki Zdrowotnej w Łęczycy Jadłospis 21.07.2024r (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, papryka 40g	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) 2521,20 Białko (g) 112,60 Tłuszcz (g) 78,26 NKT (g) 78,56 Węglowodany(g) 325,92 Cukry (g) 66,73 Błonnik pokarm. 32,40 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