

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024-04-21 do dnia 2024-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2024-04-21 niedziela	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ZYT) kakao na mleku 350 ml (BIA) szynka włoska 40 g (MIĘ) hummus z pomidorami 30 g Ogórek 40 g	Kompot 300 ml zupa brokułowa 350 ml (SEL) ziemniaki gotowane 170 g Surówka z kapusty czerwonej 120 g kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ, MIĘ)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ZYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) schab pieczony w ziołach 40 g (MIĘ) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 30 g Sałata 10 g	galaretka 200 g
2024-04-22 poniedziałek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ZYT) kasza manna na mleku 350 ml (BIA) szynka wiejska 40 g ser żółty 30 g (BIA) Sałata 10 g Ogórek 30 g	Kompot 300 ml zupa fasolowa 350 g (SEL) ryż gotowany 170 g pulpety drobiowe gotowane 100 g sos koperkowy 50 g (BIA, GLU, SEL) surówka z białej kapusty z koperkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ZYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) ser biały 90 g (BIA) szynka galicyjska 20 g (MIĘ) miód naturalny 25 g	banan 1 szt
2024-04-23 wtorek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ZYT) szynka firmowa 40 g (MIĘ) hummus z marchewką 30 g płatki owsiane na mleku 350 ml (BIA, GLU) Ogórek 30 g Sałata 10 g	Kompot 300 ml Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (SEL) schab pieczony 100 g (MIĘ) sos jasny 50 g (BIA, GLU) ziemniaki gotowane 170 g surówka wielowarzywna 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ZYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 40 g	budyń 200 ml (BIA)
2024-04-24 środa	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ZYT) płatki ryżowe na mleku 350 ml (BIA) pierś wędzona z indyka 40 g pasta z kalafiora 30 g Ogórek 40 g	Kompot 300 ml Zupa szczawiowa z jajkiem 350 ml (JAJ, SEL) makaron gotowany 170 g pierś z kurczaka ze szpinakiem 100 g surówka z marchewki z jabłkiem 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ZYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) twarożek z koperkiem 90 g (BIA) szynka słowiańska 20 g (MIĘ) pomidor 40 g	jabłko 1 szt
2024-04-25 czwartek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ZYT) płatki jęczmienne na mleku 350 ml (BIA, GLU) ser żółty 50 g (BIA) Połudwica sopocka 20 g Ogórek 40 g	Kompot 300 ml zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (BIA, SEL) kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, MIĘ) ziemniaki gotowane 170 g Buraczki 120 g (GLU)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ZYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) schab słowiański 40 g szynka firmowa 20 g (MIĘ) pomidor 40 g	kisiel 200 ml

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024-04-21 do dnia 2024-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-04-21 niedziela	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2120,6 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,7 Sól [g] 4,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2
2024-04-22 poniedziałek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2025,8 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 301,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 3,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3
2024-04-23 wtorek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2140,7 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 298 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sól [g] 4,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8
2024-04-24 środa	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2046,3 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 4,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3
2024-04-25 czwartek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2028,8 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 260,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 5,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024-04-21 do dnia 2024-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
2024-04-26 piątek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) kasza kukurydziana na mleku 350 g (BIA) szynka wiejska 40 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL)	Kompot 300 ml Zupa cukiniowa z makaronem 350 ml (BIA, SEL) ziemniaki gotowane 170 g filet rybny panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszonej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ŻYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) twaróg (ser biały) 90 g (BIA) szynka staropolska 20 g (MIĘ) Dżem 25 g	sok wielowarzywny 200 ml wafle ryżowe 2 szt
2024-04-27 sobota	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) kawa zbożowa na mleku 350 ml (BIA) szynka wójta 40 g (MIĘ) ser żółty 30 g (BIA) pomidor 40 g	Kompot 300 ml Zupa kalafiorowa 350 ml (BIA, SEL) pieczeń rzymska 100 g (MIĘ, GOR) kasza gryczana gotowana 170 g sos pietruszkowy 50 g (BIA) surówka francuska 120 g (JAJ)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ŻYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pierś wędzona z indyka 40 g Połudwica sopocka 20 g Ogórek 40 g	galaretka 200 g
2024-04-28 niedziela	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) kakao na mleku 350 ml (BIA) wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) twarożek ziołowy 30 g (BIA) Ogórek 40 g	Kompot 300 ml Zupa ryżanka z zieleniną 350 ml (SEL) szynka pieczona 100 g (MIĘ) sos pieczeniowy 50 g surówka z marchewki z chrzanem 120 g ziemniaki gotowane 170 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ŻYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) schab słowiański 40 g szynka wiejska 20 g pomidor 40 g	banan 1 szt
2024-04-29 poniedziałek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) kasza jaglana na mleku 350 ml (BIA) schab słowiański 40 g jajko gotowane 1 szt (JAJ) pomidor 40 g	Kompot 300 ml potrawka z kurczakiem 150 g (SEL) Zupa kapuśniak 350 ml (SEL) ryż gotowany 170 g surówka z kapusty włoskiej 120 g	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ŻYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) szynka galicyjska 40 g (MIĘ) Serek topiony 30 g (BIA) rzodkiewka 30 g Sałata 10 g	budyń 200 ml (BIA)
2024-04-30 wtorek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 50 g (ŻYT) ryż gotowany na mleku 350 ml (BIA) ser żółty 50 g (BIA) humus z kaszy gryczanej 30 g Ogórek 40 g	Kompot 300 ml Zupa ogórkowa 350 ml (GLU, SEL) bitka wieprzowa 100 g (MIĘ) ziemniaki gotowane 170 g sos jasny 50 g (BIA, GLU) surówka colesław 120 g (JAJ)	masło śmietankowe 15 g (BIA) Herbata 400 ml Pieczywo razowe 60 g (ŻYT) Pieczywo pszenne 60 g (GLU) ser biały 90 g (BIA) szynka staropolska 20 g (MIĘ) Dżem 25 g	kisiel 200 ml biszkopty 30 g

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2024-04-21 do dnia 2024-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

		SUMA
2024-04-26 piątek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2004 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 Sól [g] 6,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28
2024-04-27 sobota	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2189,5 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 307,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3
2024-04-28 niedziela	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2010,5 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 294,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,6 Sól [g] 4,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3
2024-04-29 poniedziałek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2114,2 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sól [g] 5,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3
2024-04-30 wtorek	Szpital Ryki dieta podstawowa	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2056,4 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 3,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6