

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-06 poniedziałek	Podstawowa Dzieci Male UCK	Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Papryka konserwowa 50 g (10 GOR) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ)	Mandarynki 150 g Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Knedle z owocami śliwka z masłem i cukrem UCK/KCO 200 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka z marchewki i jabłka^ 80 g Kompot bez cukru 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 834,6 Białko ogółem [g] 62 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany przyswajalne [g] 231 Sód [mg] 1 704,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 90,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3
	Łatwostrawna Dzieci Male UCK	Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ) Pomidor^ 100 g	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Knedle z owocami śliwka z masłem i cukrem UCK/KCO 200 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka z marchewki i jabłka^ 80 g Kompot b.c. 300 ml	Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 822,5 Białko ogółem [g] 65 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany przyswajalne [g] 225,5 Sód [mg] 412,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1
	Cukrzyca Dzieci Male UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Papryka konserwowa 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Jajo sadzone 1 szt (3 JAJ) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z marchewki i jabłka^ 80 g Kompot bez cukru 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 30 g Ser biały plaster Bieruński 30 g (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 632,6 Białko ogółem [g] 65,7 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany przyswajalne [g] 207,2 Sód [mg] 1 731,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7
2024-05-07 wtorek	Podstawowa Dzieci Male UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Serek wiejski Włoszczowa 40 g (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Dżem 1x25g Stovit 1 szt	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa kalarepowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Kompot bez cukru 300 ml bitka schabowa duszona w sosie własnym 50 g (1 GLU) Buraczki gotowane oprószone^ 80 g (1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt Roszponka 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 916,6 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany przyswajalne [g] 251,7 Sód [mg] 960,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 suma cukrów prostych [g] 97,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

2024-05-07 wtorek	Łatwostrawna Dzieci Male UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Serek wiejski Włoszczowa 40 g (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Banan 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA)	Zupa kalarepowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Kompot bez cukru 300 ml Buraczki gotowane oprószane^ 80 g (1 GLU) bitka schabowa gotowana 50 g Bulion jarzynowy^ 50 ml (9 SEL)	Szynka na kartki Nipol 30 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 828,9 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany przyswajalne [g] 244,8 Sód [mg] 450,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 96,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9
	Cukrzyca Dzieci Male UCK	Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ZYT) Rzodkiewka 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek wiejski Włoszczowa 40 g (7 BIA, 7 MLE)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Zupa kalarepowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Kompot bez cukru 300 ml Surówka z kapusty czerwonej^ 80 g (10 GOR) bitka schabowa gotowana 50 g Bulion jarzynowy^ 50 ml (9 SEL)	Szynka na kartki Nipol 30 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Roszponka 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 579,2 Białko ogółem [g] 64,7 Tłuszcz [g] 48,1 Węglowodany przyswajalne [g] 195,7 Sód [mg] 1 051,8 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 suma cukrów prostych [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6
2024-05-08 środa	Podstawowa Dzieci Male UCK	Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 150 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ZYT) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	kiwi 2 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa ziemniaczana^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Filet z miruny smażony 60 g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 10 GOR) Surówka z pora i jabłka^ 80 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Sos grecki- 30 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR)	Schab Grzegorza Bielez 30 g (6 SOJ) Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 032,2 Białko ogółem [g] 67,8 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany przyswajalne [g] 254,9 Sód [mg] 882,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 suma cukrów prostych [g] 101,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29
	Łatwostrawna Dzieci Male UCK	Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 150 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR) miód królowa pszczoł 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa ziemniaczana^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Miruna w jarzynach na parze 60 g (4 RYB, 9 SEL) Brokuły gotowane^ 80 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE)	Schab Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,2 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany przyswajalne [g] 242,5 Sód [mg] 331,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 99,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

2024-05-08 środa	Cukrzyca Dzieci Mate UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 200 ml (1 GLU , 7 BIA , 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU , 6 SOJ , 10 GOR)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczana [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Miruna w jarzynach na parze 60 g (4 RYB , 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Surówka z pora i jabłka [^] 80 g (7 BIA , 7 MLE , 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE)	Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 40 g Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI , 7 MLE , 5 ORZ , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 738,8 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany przyswajalne [g] 211,7 Sód [mg] 861,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 suma cukrów prostych [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3
	Podstawowa Dzieci Mate UCK	Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU , 1 ZYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Ser żółty Maluta 30 g (7 MLE)	Gruszka 150 g Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 120 g Kompot bez cukru 300 ml Filet drobiowy gotowany 50 g Surówka z kapusty pekińskiej [^] 80 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Ser tostowy Lactima 1 szt (7 BIA) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Rzodkiewka 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 675,2 Białko ogółem [g] 72 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany przyswajalne [g] 206,4 Sód [mg] 966,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1
	Łatwostrawna Dzieci Mate UCK	Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 150 ml (7 BIA , 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Ser biały plaster Bieroński 30 g (7 BIA , 7 MLE)	Banan 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza jeczienna gotowana 120 g (1 GLU) Kompot bez cukru 300 ml Filet drobiowy gotowany 50 g Sałatka z selera i jabłka sc 80 g (9 SEL) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Twarożek 40 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 718,7 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany przyswajalne [g] 229,3 Sód [mg] 444,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 86,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3
	Cukrzyca Dzieci Mate UCK	Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieroński 30 g (7 BIA , 7 MLE)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Gruszka 150 g	Zupa pomidorowa z makaronem [^] 150 ml (7 BIA , 1 GLU , 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 120 g Filet drobiowy gotowany 50 g Kompot bez cukru 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej [^] 80 g (10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA , 1 GLU , 7 MLE , 10 GOR)	Twarożek 40 g (7 BIA , 7 MLE) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 OZI , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ZYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Rzodkiewka 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 543,2 Białko ogółem [g] 71,6 Tłuszcz [g] 43,5 Węglowodany przyswajalne [g] 193,4 Sód [mg] 840,5 Błonnik pokarmowy [g] 40 suma cukrów prostych [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

2024-05-10 piątek	Podstawowa Dzieci Male UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 150 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rogal maślany 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Ogórek zielony 100 g Serek truskawkowy Hej 40 g (7 MLE)	Pomarańcza 150 g Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, ROŚ) Filet z dorsza oprószony [^] 60 g (1 GLU, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Fasolka szparagowa z wody 80 g (ROŚ) Kompot bez cukru 300 ml	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 981,2 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany przyswajalne [g] 250,9 Sód [mg] 1 119,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,7 suma cukrów prostych [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7
	Łatwostrawna Dzieci Male UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 150 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Rogal maślany 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Pomidor [^] 100 g Serek truskawkowy Hej 40 g (7 MLE)	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy Mlekovita 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Fasolka szparagowa z wody 80 g (ROŚ) Kompot bez cukru 300 ml Sos pomidorowy z koperkiem 60 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml rukola 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 835,1 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany przyswajalne [g] 234,3 Sód [mg] 610,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3
	Cukrzyca Dzieci Male UCK	Kakao bez cukru 200 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Ogórek zielony 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Serek naturalny Juliko 40 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Pomarańcza 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka coleslaw [^] 80 g (7 MLE, 10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml Sos pomidorowy z koperkiem 60 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Schab na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g rukola 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 818,7 Białko ogółem [g] 71,3 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany przyswajalne [g] 202,1 Sód [mg] 1 025,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 suma cukrów prostych [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9
2024-05-11 sobota	Podstawowa Dzieci Male UCK	Płatki owsiane gotowane na mleku 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka św. 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Mandarynki 2szt 1 Por Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ)	Zupa selerowa z ziemniakami [^] 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kompot bez cukru 300 ml Kalafior gotowany 80 g Wątróbka drobiowa gotowana 60 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE)	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 BIA, 7 MLE) Wędzonka staropolska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Rzodkiewka 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 500 Białko ogółem [g] 61,6 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany przyswajalne [g] 191 Sód [mg] 746,6 Błonnik pokarmowy [g] 40 suma cukrów prostych [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

2024-05-11 sobota	Łatwostrawna Dzieci Mate UCK	Płatki owsiane gotowane na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Banan 1 szt Napój owsiany Lovege 330 ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ)	Zupa selerowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Wątróbka drobiowa gotowana 60 g Kompot bez cukru 300 ml Kalafior gotowany 80 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE)	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Kajzerka 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Mus owocowy Agiberia^ 1 szt Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 615,3 Białko ogółem [g] 66,6 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany przyswajalne [g] 213 Sód [mg] 237 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4
	Cukrzyca Dzieci Mate UCK	Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Papryka św. 50 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL)	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Mandarynki 2szt 1 Por	Zupa selerowa z ziemniakami^ 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Wątróbka drobiowa gotowana 60 g Surówka meksykańska z kukurydzą^ 80 g (ROŚ, 10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml Kasza gryczana gotowana 120 g	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 SOJ) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Rzodkiewka 50 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 480,9 Białko ogółem [g] 61,8 Tłuszcz [g] 45,7 Węglowodany przyswajalne [g] 182,4 Sód [mg] 806,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 suma cukrów prostych [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3
2024-05-12 niedziela	Podstawowa Dzieci Mate UCK	Ryż gotowany na mleku . 150 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt	Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Rosół z makaronem^ 150 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka z szynki duszona w sosie własnym 50 g (1 GLU) Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) Kapusta kiszona zasmażana z boczkiem^ 80 g (1 GLU, 6 SOJ) Kompot bez cukru 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Pasta chrzanowa 60 g (7 BIA, 7 MLE, 9 SEL) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 826,5 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany przyswajalne [g] 205,4 Sód [mg] 761,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8
	Łatwostrawna Dzieci Mate UCK	Ryż gotowany na mleku . 150 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 300 ml Kajzerka 1 szt (1 GLU) Pomidor^ 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) kielbaska śląska 2szt 1 Por (6 SOJ) Ketchup 25g 1 szt	Jabłko 1 szt Kefir Mlekpól 1 szt (7 MLE)	Rosół z makaronem^ 150 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 120 g (7 BIA, 7 MLE) bukiet warzyw gotowany^ 80 g Kompot bez cukru 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Kajzerka 1 szt (1 GLU) Twarożek z koperkiem 40 g (7 BIA, 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia^ 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 689,5 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany przyswajalne [g] 193,9 Sód [mg] 221,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-06 do dnia 2024-05-12 UCK

2024-05-12 niedziela	Cukrzyca Dzieci Mate UCK	Herbata bez cukru 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 ŹY , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Pomidor [^] 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA , 7 MLE) kielbaska śląska Bieleśz 2szt 1 Por (6 SOJ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por Jabłko 1 szt	Rosół z makaronem [^] 150 ml (1 GLU , 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 120 g (7 BIA , 7 MLE) Surówka z ogórka kiszzonego [^] 80 g (10 GOR) Kompot bez cukru 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU , 3 JAJ , 5 ŹY , 6 SOJ , 11 ZIA , 1 ŻYT) Twarożek z koperkiem 40 g (7 BIA , 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Papryka św. 50 g (10 GOR)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ , 7 MLE , 11 SEZ) Mus owocowy Agiberia [^] 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 692 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany przyswajalne [g] 192,6 Sód [mg] 774,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 50,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8
----------------------	--------------------------	---	--	---	--	--	--