

JADŁOSPIS DLA:
SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 1											14.12.2024											SOBOTA																																													
DIETA PODSTAWOWA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA CUKRZYCOWA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA DZIECIĘCA											B	T	W	Bł.	K	kcal
ŚNIADANIE																																																																			
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110												
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85												
ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	2.5	2	16	0	6.4	90	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	2.5	2	15.5	0	6.4	90	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	2.5	2	16	0	6.4	90	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	2.5	2	15.5	0	6.4	90												
POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G (parzony)	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8																			
KIEŁBASA KANAPKOWA (6, 10) 50G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	POŁĘDWICA DROBIOWA MIODOWA (6, 10) 50G	5.2	0.4	0.9	0	0	45	KIEŁBASA KANAPKOWA (6, 10) 50G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	POŁĘDWICA DROBIOWA MIODOWA (6, 10) 50G	5.2	0.4	0.9	0	0	45	POŁĘDWICA DROBIOWA MIODOWA (6, 10) 50G	5.2	0.4	0.9	0	0	45	POŁĘDWICA DROBIOWA MIODOWA (6, 10) 50G	5.2	0.4	0.9	0	0	45	POŁĘDWICA DROBIOWA MIODOWA (6, 10) 50G	5.2	0.4	0.9	0	0	45																			
OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	16	0	6.4	90	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75																			
OBIAD																																																																			
ZUPA KALAFIOROWA (7, 9) 400ML	23	11	19	0	0	252	ZUPA RYŻOWA (9) 400ML	9	7	24	0	0	192	ZUPA KALAFIOROWA (7, 9) 400ML	23	11	19	0	0	252	ZUPA RYŻOWA (9) 400ML	9	7	24	0	0	192	ZUPA KALAFIOROWA (7, 9) 400ML	23	11	19	0	0	252	ZUPA RYŻOWA (9) 400ML	9	7	24	0	0	192	ZUPA KALAFIOROWA (7, 9) 400ML	23	11	19	0	0	252																			
GULASZ WĘGIERSKI 150 G (1, 9)	15	26	4	0	0	297	PIERŚ DROBIOWA DUSZONA 150 G	43	5	0	0	0	227	GULASZ WĘGIERSKI 150 G (1, 9)	15	26	4	0	0	297	PIERŚ DROBIOWA DUSZONA 150 G	43	5	0	0	0	227	GULASZ WĘGIERSKI 150 G (1, 9)	15	26	4	0	0	297	PIERŚ DROBIOWA DUSZONA 150 G	43	5	0	0	0	227	GULASZ WĘGIERSKI 150 G (1, 9)	15	26	4	0	0	297																			
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216																			
BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.7	2	7.2	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37																			
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104																			
PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	14	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 15 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77																			
KOLACJA																																																																			
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110																			
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85																			
SALCESON WP (6, 10) 60 G	6	2.5	0.3	0	0.6	60	PIECZEŃ DROBIOWA (1, 6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.8	0	0	40	SALCESON WP (6, 10) 60 G	6	2.5	0.3	0	0.6	60	PIECZEŃ DROBIOWA (1, 6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.8	0	0	40	PIECZEŃ DROBIOWA (1, 6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.8	0	0	40	PIECZEŃ DROBIOWA (1, 6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.8	0	0	40	PIECZEŃ DROBIOWA (1, 6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.8	0	0	40																			
PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113	PASTA RYBNA Z MAKRELI 20 G (1, 3, 4, 7)	2	11	1	0	0	113																			
RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	SALATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	SALATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	SALATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5																			
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325	SÓL					4.325																			
	CUKIER					5.50	CUKIER					4.89	CUKIER					6.04	CUKIER					5.26	CUKIER					5.26	CUKIER					5.26	CUKIER					5.26	CUKIER					5.26																			

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) LUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:
SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 2											15.12.2024											NIEDZIELA																																													
DIETA PODSTAWOWA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA CUKRZYCOWA											B	T	W	Bł.	K	kcal	DIETA DZIECIĘCA											B	T	W	Bł.	K	kcal
ŚNIADANIE																																																																			
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7																																																																

KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						1084							1289													1289	
WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	75	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	75	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	75	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	75
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ZYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
PIECZEN WP (6, 10) 60G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.9	0	0	40	PIECZEN WP (6, 10) 60G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.9	0	0	40
PAPRYKA CZERWONA 60 G	0.5	0.2	1.76	0.76	0.1	15	POMIDOR 60 G (parzony)	0.3	0.1	0.9	0.4	8	8	PAPRYKA CZERWONA 60 G	0.5	0.2	1.76	0.76	0.1	15	PAPRYKA CZERWONA 60 G	0.5	0.2	1.76	0.76	0.1	15
						533							501													508	
														KANAPKA NOCNA Z WĘDLINĄ (1, 7)	17	9	45	4	0	300							
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL	3.825					SÓL	3.825					SÓL	3.825					SÓL	3.825							
	CUKIER	5.89					CUKIER	6.11					CUKIER	6.64					CUKIER	6.61							

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DIETA PODSTAWOWA	DZIEŃ 3							16.12.2024							PONIEDZIAŁEK												
	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA CUKRZYCOWA	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA DZIECIĘCA	B	T	W	BL	K	kcal
ŚNIADANIE																											
PIECZYWO PSZENNE/ZYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	2	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	JOGURT NATURALNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	SALATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8
SZYNKĄ Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	SZYNKĄ Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	SZYNKĄ Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	SZYNKĄ Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						681							675								602						681
OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (JABŁKO PIECZONE)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57
OBIAD																											
ŻUREK (3, 7, 9, 10) 400ML	11	7	21.8	2.3	0	188	ZUPA SZPINAKOWA (7, 9) 400ML	5	4	5	0	0	358	ŻUREK (3, 7, 9, 10) 400ML	11	7	21.8	2.3	0	188	ZUPA SZPINAKOWA (7, 9) 400ML	5	4	5	0	0	358
LECZO MIĘSNO-WARZYWNE 200 G (1, 9)	39.1	5.26	7.4	0	0	159	KLOPSIKI W SOSIE KOPERKOWYM 150 G (1, 3, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	384	LECZO MIĘSNO-WARZYWNE 200 G (1, 9)	39.1	5.26	7.4	0	0	159	KLOPSIKI W SOSIE KOPERKOWYM 150 G (1, 3, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	384
RYŻ 200 G	4.66	0.66	52	2.66	0	195	RYŻ Z WARZYWAMI 250 G	7.4	2.6	59	3.1	0	227	RYŻ 200 G	4.66	0.66	52	2.66	0	195	RYŻ Z WARZYWAMI 250 G	7.39	2.62	59.2	3.06	0	227
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						581							1008								581						1008
WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	39	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	39	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	39	WAFLE RYZOWE 15 G	1	0.3	8.1	0.3	0	39
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ZYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
MIELONKA (6, 10) 50 G	7.7	7	2.2	0	2.4	103	KURCZAK W GALARECIE 6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	MIELONKA (6, 10) 50 G	7.7	7	2.2	0	2.4	103	KURCZAK W GALARECIE 6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78
OGÓREK KISZONY 60 G	0.6	0.1	0.8	0.3	0	7	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	OGÓREK KISZONY 60 G	0.6	0.1	0.8	0.3	0	7	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5
						641							591								607						591
														KANAPKA NOCNA Z PASZTETE, (1, 7)	17	9	45	4	0	300							
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL	3.14					SÓL	3.14					SÓL	3.14					SÓL	3.14							
	CUKIER	4.70					CUKIER	5.61					CUKIER	5.40					CUKIER	5.87							

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DIETA PODSTAWOWA	DZIEŃ 4							17.12.2024							WTOREK												
	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA CUKRZYCOWA	B	T	W	BL	K	kcal	DIETA DZIECIĘCA	B	T	W	BL	K	kcal
ŚNIADANIE																											
PIECZYWO PSZENNE/ZYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	110	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (1, 7) 250G	2.5	2	16	0	6.4	90	JOGURT NATURALNY PITNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNĄ (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
TWARÓG (7) 20 G	3.7	0.9	0.7	0	0.6	26	TWAROŻEK CHUDY 20 G (7)	5	0.1	0.4	0	0	30	TWARÓG (7) 20 G	3.7	0.9	0.7	0	0.6	26	TWARÓG (7) 20 G	3.7	0.9	0.7	0	0.6	26
OGÓREK 40 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7	POMIDOR 40 G (parzony)	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	OGÓREK 40 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7	OGÓREK 40 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7

POLĘDWICA Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICA Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICA Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICA Z KURCZĄT (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						706							636								513						631
OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	16	0	6.4	90	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75	OWOC (GRUSZKA)	0.8	0.3	16	2.7	0.1	75
OBIAD																											
ZUPA KREM Z DYNI (1, 7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA KREM Z DYNI (1, 7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA KREM Z DYNI (1, 7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA KREM Z DYNI (1, 7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136
KOTLET POŻARSKI 150 G (1, 3, 7)	27	7	9	0	0	215	KOTLET POŻARSKI 150 G (1, 3, 7)	27	7	9	0	0	215	KOTLET POŻARSKI 150 G (1, 3, 7)	27	7	9	0	0	215	KOTLET POŻARSKI 150 G (1, 3, 7)	27	7	9	0	0	215
ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.7	0.2	31	2.9	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174
MARCHEW DUSZONA 100 G (1, 7)	1	8	0	3	0	35	MARCHEW DUSZONA 100 G (1, 7)	1	8	0	3	0	35	MARCHEW DUSZONA 100 G (1, 7)	1	8	0	3	0	35	MARCHEW DUSZONA 100 G (1, 7)	1	8	0	3	0	35
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						664							664							664						664	
CHRUPKI KUKURYDZIANE 5 G	0.4	0.2	3.6	0.4	0	18	CHRUPKI KUKURYDZIANE 5 G	0.4	0.2	3.6	0.4	0	18	CHRUPKI KUKURYDZIANE 5 G	0.4	0.2	3.6	0.4	0	18	CHRUPKI KUKURYDZIANE 5 G	0.4	0.2	3.6	0.4	0	18
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
PASZTET WIEPRZOWY (6, 10) 60 G	4.8	9.2	3.5	0	0	118	POLĘDWICA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PASZTET WIEPRZOWY (6, 10) 60 G	4.8	9.2	3.5	0	0	118	POLĘDWICA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44
SALAŁA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SALAŁA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SALAŁA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SALAŁA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2
						573							499							539						499	
														KANAPKA NOCNA Z JAJKIEM (1, 3, 7)	34	13	91	4	0	400							
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL	3.74					SÓL	3.74					SÓL	3.74					SÓL	3.74							
	CUKIER	4.80					CUKIER	4.44					CUKIER	5.45					CUKIER	4.66							

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) LUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 5														18.12.2024														ŚRODA																											
DIETA PODSTAWOWA														DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA														DIETA CUKRZYCOWA														DIETA DZIECIĘCA													
B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal																																
ŚNIADANIE																																																							
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258																												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110																												
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85																												
ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (1, 7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	SEREK WIEJSKI (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z MAKARONEM (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165																												
POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 40 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8																												
POLĘDWICA SOPOCKA WP (6, 10) 50 G	9	11	0.5	0	4	152	POLĘDWICA SOPOCKA DR (9,10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICA SOPOCKA WP (6, 10) 50 G	9	11	0.5	0	4	152	POLĘDWICA DSOPOCKA DR (9,10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55																												
						778							678							699						681																													
OWOC 100 G (GREJPFRTU)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42	OWOC (JABŁKO PIECZONE)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC 100 G (GREJPFRTU)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42	OWOC 100 G (GREJPFRTU)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42																												
OBIAD																																																							
ZUPA JARZYNOWA (7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA JARZYNOWA (7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA JARZYNOWA (7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136	ZUPA JARZYNOWA (7, 9) 400ML	8	6	21	8	0	136																												
GULASZ DROBIOWY 150 G (1, 9)	39.1	5.26	7.4	0	0	159	GULASZ DROBIOWY 150 G (1, 9)	39	5.3	7.4	0	0	159	GULASZ DROBIOWY 150 G (1, 9)	39.1	5.26	7.4	0	0	159	GULASZ DROBIOWY 150 G (1, 9)	39.1	5.26	7.4	0	0	159																												
KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216	KASZA JĘCZMIENNA 200 G (1)	5	1	56	8	0	216																												
BROKUŁY NA PARZE 100 G	2	4	0	3	0	23	BROKUŁY NA PARZE 100 G	2	4	0	3	0	23	BROKUŁY NA PARZE 100 G	2	4	0	3	0	23	BROKUŁY NA PARZE 100 G	2	4	0	3	0	23																												
						534							534							534						534																													
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104																												
JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	15.5	0	6.4	90	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	16	0	6.4	90	JOGURT NATURALNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	15.5	0	6.4	90																												
KOLACJA																																																							
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258																												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110																												
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85																												
SALAŁKA JARZYNOWA 80 G (1, 3, 7, 10)	1	4	6	0	0	70	SALAŁKA ZIEMNIACZANA 80 G (7)	1	4	2	0	0	45	SALAŁKA JARZYNOWA 80 G (1, 3, 7, 10)	1	4	6	0	0	70	SALAŁKA ZIEMNIACZANA 80 G (7)	1	4	2	0	0	45																												
PRZYSMAK DROBIOWY (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PRZYSMAK DROBIOWY (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PRZYSMAK DROBIOWY (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PRZYSMAK DROBIOWY (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44																												
						567							542							533						542																													
														KANAPKA NOCNA Z WĘDLINĄ (1, 7)	17	9	45	4	0	300																																			
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL	2.71					SÓL	2.71					SÓL	2.71					SÓL	2.71																																			
	CUKIER	3.58					CUKIER	3.27					CUKIER	4.44					CUKIER	3.60																																			

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER,

(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:
SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 6							19.12.2024							CZWARTEK													
DIETA PODSTAWOWA							DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA							DIETA CUKRZYCOWA							DIETA DZIECIĘCA						
B	T	W	Bł.	K	kcal		B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal			
ŚNIADANIE																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	MAŚLANKA NATURALNA (7) 150 G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z RYŻEM (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
PAPRYKA CZERWONA 40 G	0.7	0.3	1.76	0.76	0.2	15	POMIDOR 40 G (parzony)	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	PAPRYKA CZERWONA 40 G	0.5	0.2	1.76	0.76	0.2	15	PAPRYKA CZERWONA 40 G	0.5	0.2	1.76	0.76	0.2	15
SZYNKA WIEPRZOWA (6,10) 50 G	9	11	0.5	0	4	152	SZYNKA DROBIOWA (9,10) 50G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	SZYNKA WIEPRZOWA (6, 10) 50 G	9	11	0.5	0	4	152	SZYNKA DROBIOWA (9,10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						785						681						706						688			
OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (BANAN)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57
OBIAD																											
ZUPA SZCZAWIOWA (3, 7, 9) 400ML	4	3	14	0	0	120	MARCHEWKOWA (7, 9) 350 G	16	5	32	0	0	256	ZUPA SZCZAWIOWA (3, 7, 9) 400ML	4	3	14	0	0	120	MARCHEWKOWA (7, 9) 350 G	16	5	32	0	0	256
KOTLET SCHABOWY SMAŻONY 150 G (1, 3, 7)	23	38	17	0	0	477	PIERŚ DROBIOWA NA PARZE POD PIERZYNKĄ WARZYWNA 250 G	68	16	44	0	0	592	PIERŚ DROBIOWA NA PARZE POD PIERZYNKĄ WARZYWNA 250 G	68	16	44	0	0	592	PIERŚ DROBIOWA NA PARZE POD PIERZYNKĄ WARZYWNA 250 G	68	16	44	0	0	592
ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.7	0.2	31	2.9	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174
KAPUSTYA KWASZONA ZASMAŻANA 100 G	1	3	4	0	0	47																					
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						922						1126						990						1126			
BUDYŃ 150 G (1, 7)	5	2.9	25.5	0	0	152	BUDYŃ 150 G (1, 7)	5	2.9	26	0	0	152	BUDYŃ BEZ CUKRU 150 G (1, 7)	5	2.9	25.5	0	0	152	BUDYŃ 150 G (1, 7)	5	2.9	25.5	0	0	152
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2
TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23	PASTA Z TWAROŻKU CHUDEGO 30 G (7)	3	2	1	0	0	33	TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23	TWAROŻEK ZE SZCZYPIONIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23
PIECZEŃ DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PIECZEŃ DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PIECZEŃ DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	PIECZEŃ DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44
						522						532						488						522			
													KANAPKA NOCNA Z SERM WĘDZONYM (1, 7)	34	13	91	4	0	400								
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL					4.75	SÓL					4.75	SÓL					4.75	SÓL					4.75			
	CUKIER					5.50	CUKIER					5.78	CUKIER					6.90	CUKIER					6.39			

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:
SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 7							20.12.2024							PIĄTEK													
DIETA PODSTAWOWA							DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA							DIETA CUKRZYCOWA							DIETA DZIECIĘCA						
B	T	W	Bł.	K	kcal		B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal			
ŚNIADANIE																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	JOGURT NATURALNY PITNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI RYŻOWYMI (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
OGÓREK KONSERWOWY 40 G	0.2	0	0.2	0	0	9	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	OGÓREK KONSERWOWY 40 G	0.2	0	0.2	0	0	9	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5
JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78	JAJKO GOTOWANE 60 G (3)	6.3	5.3	0.6	0	1.7	78
KURCZAK W GALARECIE (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	KURCZAK W GALARECIE (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	KURCZAK W GALARECIE (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	KURCZAK W GALARECIE (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						760						756						681						756			
OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53	OWOC (BRZOSKWINIA)	0.5	0.2	5	1.5	0.2	63	OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53	OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53
OBIAD																											
ZUPA BARSZCZ CZERWONY (7, 9) 400ML	8	12	26	0	0	244	ZUPA BARSZCZ CZERWONY (7, 9) 400ML	8	12	26	0	0	244	KREM JARZYNOWE (7, 9) 400ML	24	2	14	6	0	348	ZUPA BARSZCZ CZERWONY (7, 9) 400ML	8	12	26	0	0	244
PALUSZKI RYBNE 150G (1, 3, 4)	23	26	18	0	0	348	RYBA NA PARZE 150 G (4)	17	3	8	8	0	186	PALUSZKI RYBNE 150G (1, 3, 4)	23	26	18	0	0	348	PALUSZKI RYBNE 150G (1, 3, 4)	23	26	18	0	0	348
ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.7	0.2	31	2.9	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIANKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174
BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.7	2	7.2	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37	BUKIET WARZYW NA PARZE 100 G	2.73	1.96	7.23	2.4	0	37
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						907						745						1011						907			

PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 5 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 5 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77	PODPŁOMYKI BEZ CUKRU 5 G (1, 7)	1.9	0.8	13.6	0.5	0	77							
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	ROLADA DROBIOWA (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44
POMIDOR 60 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 60 G (parzony)	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 60 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	POMIDOR 60 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8
						505							505							471						505	
														KANAPKA NOCNA Z TWAROGIEM (1, 7)	17	9	45	4	0	300							
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL				3.2		SÓL					3.2		SÓL					3.4		SÓL					3.1	
	CUKIER				5.36		CUKIER					4.95		CUKIER					6.40		CUKIER					5.67	

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) LUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 8														21.12.2024														SOBOTA																											
DIETA PODSTAWOWA														DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA														DIETA CUKRZYCOWA														DIETA DZIECIĘCA													
B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal																										
ŚNIADANIE																																																							
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258																												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110																												
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85																												
ZUPA MLECZNA Z KPEATKAMI KUKURYDZIANYMI (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z KPEATKAMI KUKURYDZIANYMI (7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	JOGURT NATURALNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z KPEATKAMI KUKURYDZIANYMI (7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165																												
SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	SAŁATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2																												
MIELONKA WIEPRZOWA (6, 10) 50 G	7.7	7	2.2	0	2.4	103	SZYNKA DROBIOWA (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	MIELONKA WIEPRZOWA (6, 10) 50 G	7.7	7	2.2	0	2.4	103	SZYNKA DROBIOWA (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55																												
						723						675							524										675																										
OWOC 100 G (GREJFRUT)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42	CHRUPKI KUKURYDZIANE 5 G	0.4	0.2	3.6	0.4	0	18	OWOC 100 G (GREJFRUT)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42	OWOC 100 G (GREJFRUT)	0.8	0.3	10.3	2.5	0.1	42																												

OBIAD

ROSÓŁ Z MAKARONEM (1, 9) 400ML	22	9	30	0	0	592	ROSÓŁ Z MAKARONEM (1, 9) 400ML	22	9	30	0	0	592	ROSÓŁ Z MAKARONEM (1, 9) 400ML	22	9	30	0	0	592	ROSÓŁ Z MAKARONEM (1, 9) 400ML	22	9	30	0	0	592	
PIERŚ W KURCZAKA DUSZONA W SOSIE ŚMIETANOWYM 150 G (1, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	159	PIERŚ W KURCZAKA DUSZONA W SOSIE ŚMIETANOWYM 150 G (1, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	159	PIERŚ W KURCZAKA DUSZONA W SOSIE ŚMIETANOWYM 150 G (1, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	159	PIERŚ W KURCZAKA DUSZONA W SOSIE ŚMIETANOWYM 150 G (1, 7, 9)	39	5.3	7.4	0	0	159	
ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.7	0.2	31	2.9	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	
MIZERIA 100 G (7)	1	5	4	0	0	60	POMIDORY W CZĄSTKACH 100 G (7) (PARZONE)	1	5	4	0	0	60	MIZERIA 100 G (7)	1	5	4	0	0	60	MIZERIA 100 G (7)	1	5	4	0	0	60	
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	
						1089						1089							1089									1089
WAFLE KUKURYDZIANE 15 G	0.8	0.3	6.8	0.3	0	68	WAFLE KUKURYDZIANE 15 G	0.8	0.3	6.8	0.3	0	68	WAFLE KUKURYDZIANE 15 G	0.8	0.3	6.8	0.3	0	68	WAFLE KUKURYDZIANE 15 G	0.8	0.3	6.8	0.3	0	68	

KOLACJA

PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258	
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	
SAŁATKA RYŻOWA 80 G (7)	4	1	5	0	0	43	SAŁATKA RYŻOWA 80 G (7)	4	1	5	0	0	43	SAŁATKA RYŻOWA 80 G (7) (ryż razowy)	4	1	5	0	0	43	SAŁATKA RYŻOWA 80 G (7)	4	1	5	0	0	43	
POLĘDWICA SOPOCKA WP (6, 10) 60 G	9	11	0.5	0	4	152	POLĘDWICA SOPOCKA DR (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	POLĘDWICA SOPOCKA WP (6, 10) 60 G	9	11	0.5	0	4	152	POLĘDWICA SOPOCKA DR (6, 10) 60 G	7.8	0.7	1.3	0	0.7	44	
						648						540							614									540
														KANAPKA NOCNA Z PASZTETEM (1, 7)	34	13	91	4	0	400								
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL				2.85		SÓL					2.85		SÓL					2.85		SÓL					2.85		
	CUKIER				6.07		CUKIER					5.69		CUKIER					6.76		CUKIER					5.96		

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) LUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DZIEŃ 9														22.12.2024														NIEDZIELA																											
DIETA PODSTAWOWA														DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA														DIETA CUKRZYCOWA														DIETA DZIECIĘCA													
B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal	B	T	W	Bł.	K	kcal																										
ŚNIADANIE																																																							
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258																												
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110																												

HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	SEREK WIEJSKI (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z PŁATKAMI JĘCZMIENNYMI (1, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
TWAROŻEK Z KOPERKIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23	TWAROŻEK CHUDY Z KOPERKIEM 30 G (7)	3	2	1	0	0	33	TWAROŻEK Z KOPERKIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23	TWAROŻEK Z KOPERKIEM 30 G (7)	2.8	0.8	1.6	0.3	0	23
POMIDOR 40 G	0.3	0.1	0.9	0.4	8	8	RUKOLA 20 G	0.3	0.1	3	1.2	0	10	POMIDOR 40 G	0.3	0.1	0.9	0.4	8	8	RUKOLA 20 G	0.3	0.1	3	1.2	0	10
PASZTET WP (6, 10) 50 G	4.8	9.2	3.5	0	0	118	SZYNKA DROBIOWA (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	PASZTET WP (6, 10) 50 G	4.8	9.2	3.5	0	0	118	SZYNKA DROBIOWA (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						767						716							688							706	
OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	14	2	0.1	57	OWOC (JABŁKO PIECZONE)	0.4	0.4	14	2	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	14	2	0.1	57	OWOC (JABŁKO)	0.4	0.4	14	2	0.1	57
OBIAD																											
ZUPA KAPUŚNIAK ZE SŁODKIEJ KAPUSTY (9) 400ML	6	5	13	0	0	116	ZUPA KRUPNIK (1, 9) 400ML	27	17	31	0	0	368	ZUPA KAPUŚNIAK ZE SŁODKIEJ KAPUSTY (9) 400ML	6	5	13	0	0	116	ZUPA KRUPNIK (1, 9) 400ML	27	17	31	0	0	368
SCHAB DUSZONY W SOSIE WŁASNYM 150 G (1, 9)	38	15	0	0	0	296	ROLADKA DROBIOWA Z BROKULEM PIECZONA NA PARZE 150 G (1, 3, 7)	42	9	28	0	0	296	SCHAB DUSZONY W SOSIE WŁASNYM 150 G (1, 9)	38	15	0	0	0	296	ROLADKA DROBIOWA Z BROKULEM PIECZONA NA PARZE 150 G (1, 3, 7)	42	9	28	0	0	296
ZIEMNIAKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200 G	3.7	0.2	31	2.9	0	174	ZIEMNIAKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174	ZIEMNIAKI 200 G	3.68	0.24	30.6	2.88	0	174
SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA 100 G (7)	5	1	19	4	0	94	SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA 100 G (7)	5	1	19	4	0	94	SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA 100 G (7)	5	1	19	4	0	94	SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA 100 G (7)	5	1	19	4	0	94
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						784						1036							784							1036	
KISIEL 150 G (1)	0.8	0.3	8.1	0.3	0	101	KISIEL 150 G (1)	0.8	0.3	8.1	0.3	0	101	KISIEL BEZ CUKRU 150 G (1)	0.8	0.3	8.1	0.3	0	101	KISIEL 150 G (1)	0.8	0.3	8.1	0.3	0	101
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
KIEŁBASA KANAPKOWA (6, 10) 60 G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	POLĘDWICA DROBIOWA (6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.9	0	0	40	KIEŁBASA KANAPKOWA (6, 10) 60 G	6	2.7	0.3	0	0.6	65	POLĘDWICA DROBIOWA (6, 10) 60 G	5.2	0.4	0.9	0	0	40
RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	POMIDOR 60 G (parzony)	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8	RUKOLA 20 G	0.5	0.1	0.7	0.3	0	5	POMIDOR 60 G	0.4	0.1	1.2	0.5	0	8
						523						501							489							501	
														KANAPKA NOCNA Z JAJKIEM (1, 3, 7)	17	9	45	4	0	300							
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL 2.08						SÓL 2.08						SÓL 2.08						SÓL 2.08								
	CUKIER 5.12						CUKIER 5.56						CUKIER 5.23						CUKIER 5.93								

JADŁOSPIS MOŻE ULEC NIEWIELKIM ZMIANOM.

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER, (10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI

JADŁOSPIS DLA:

SZPITAL OGÓLNY IM. WITOLDA GINELA W GRAJEWIE

DIETA PODSTAWOWA	DZIEŃ 10							23.12.2024							PONIEDZIAŁEK												
	B	T	W	Bl.	K	kcal	DIETA WĄTROBOWA, LEKKOSTRAWNA	B	T	W	Bl.	K	kcal	DIETA CUKRZYCOWA	B	T	W	Bl.	K	kcal	DIETA DZIECIĘCA	B	T	W	Bl.	K	kcal
ŚNIADANIE																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165	ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	13	10	45	3.5	0	165	KEFIR (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	ZUPA MLECZNA Z KLUSECZKAMI BABUNI (1, 3, 7) 250G	12.7	10.3	44.8	3.5	0	165
PAPRYKA CZERWONA 40 G	0.7	0.3	1.76	0.76	0.2	15	SALAATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2	PAPRYKA CZERWONA 40 G	0.7	0.3	1.76	0.76	0.2	15	SALAATA 20 G	0.2	0	0.4	0.2	0	2
POLĘDWICZKA DROBIOWA Z WARZYWAMI (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICZKA DROBIOWA Z WARZYWAMI (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICZKA DROBIOWA Z WARZYWAMI (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55	POLĘDWICZKA DROBIOWA Z WARZYWAMI (6, 10) 50 G	8.2	2.5	0	0	0.7	55
						688						675							609								675
OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53	OWOC (BANAN)	0.4	0.4	9.1	1.8	0.1	57	OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53	OWOC (MANDARYNKA)	0.4	0.1	6	1.2	0.1	53
OBIAD																											
WIEJSKA (1, 9) 400ML	6	5	26	0	0	156	ZUPA KOPERKOWA (7, 9) 400ML	4	2	24	0	0	132	WIEJSKA (1, 9) 400ML	6	5	26	0	0	156	ZUPA KOPERKOWA (7, 9) 400ML	4	2	24	0	0	132
ZAPIEKANKA MAKARONOWA 250 G (1, 3, 7)	25	48	39	0	0	633	KURCZAK Z MAKARONEM W SOSIE SZPINAKOWYM 250 G (1, 7)	21	17	43	4.3	0	380	ZAPIEKANKA MAKARONOWA 250 G (1, 3, 7)	25	48	39	0	0	633	ZAPIEKANKA MAKARONOWA 250 G (1, 3, 7)	25	48	39	0	0	633
POMIDORY W ŚMIETANIE 100 G (7)	1	5	4	0	0	60	MARCHEW MINI DUSZONA 100 G (1)	1	8	0	3	0	35	POMIDORY W ŚMIETANIE 100 G (7)	1	5	4	0	0	60	POMIDORY W ŚMIETANIE 100 G (7)	1	5	4	0	0	60
KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104	HERBATA OWOCOWA BEZ CUKRU 250ml	0.3	0	21	0	0	104	KOMPOT/HERBATA OWOCOWA 250ML	0.3	0	21	0	0	104
						953						651							953								929
JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	15.5	0	6.4	90	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	16	0	6.4	90	JOGURT NATURALNY (7) 100G	3.4	2	4.6	0	6.4	120	JOGURT OWOCOWY (7) 100G	2.5	2	15.5	0	6.4	90
KOLACJA																											
PIECZYWO PSZENNE/ŻYTNIE (1) 100G	7.7	1.45	51.4	5.6	0	258	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	52	2.7	0	258	PIECZYWO RAZOWE (1) 100G	5.9	1.7	51.2	8.4	0	224	PIECZYWO PSZENNE (1) 100G	9.3	1.4	51.6	2.7	0	258
MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	83	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110	MIX TŁUSZCZOWY (7) 15G	0.7	82.5	0.7	0	2.7	110
HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	20	0	0	85	HERBATA CZARNA 250ML	0.2	0	19.5	0	0	85	HERBATA CZARNA Z CUKREM 250ML	0.3	0	21.3	0	0	85
PARÓWKA WIEPRZOWA 60 G (1, 6, 9)	8	11.1	0.2	0	0.6	158	PARÓWKA DROBIOWA 60 G (1, 6, 9)	10	16	0.4	0	0	418	PARÓWKA WIEPRZOWA 60 G (1, 6, 9)	8	11.1	0.2	0	0.6	158	PARÓWKA DROBIOWA 60 G (1, 6, 9)	10.4	16	0.4	0	0	418
SER ŻÓŁTY 30 G (7)	5.6	5.9	0	0	5.1	114	TWARÓG CHUDY 30 G (7)	5	0.1	0.4	0	0	34	SER ŻÓŁTY 30 G (7)	5.6	5.9	0	0	5.1	114	SER ŻÓŁTY 30 G (7)	5.6	5.9	0	0	5.1	114

OGÓREK 60 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7		RUKOLA 20 G	0.3	0.1	3	1.2	0	10		OGÓREK 60 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7		OGÓREK 60 G	0.4	0.1	1.5	0.3	0	7	
						732								915		KANAPKA NOCNA Z SEREM (1,7)	17	9	45	4	0	300								698	992
WARTOŚCI CAŁODNIOWE W GRAMACH:	SÓL	4.33						SÓL	4.33						SÓL	4.33						SÓL	4.33								
	CUKIER	#REF!						CUKIER	#REF!						CUKIER	#REF!						CUKIER	#REF!								

ALERGENY: (1) GLUTEN, (2) SKORUPIAKI, (3) JAJA, (4) RYBY, (5) ORZECHY ZIEMNE, (6) SOJA, (7) MLEKO, (8) ORZECHY, (9) SELER,
(10) GORCZYCA, (11) NASIONA SEZAMU, (12) DWUTLENEK SIARKI, (13) ŁUBIN, (14) MIĘCZAKI