

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-07-01 poniedziałek	Podstawa Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ogórek zielony 50 g filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) kiwi 2 Ser żółty Ostrowia 40 g (7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa gulaszowa [^] 350 ml (1 GLU) Makaron razowy z truskawkami 350 g (7 BIA, 1 GLU) Surówka marchewka z ananase ^{m^} 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Papryka czerwona 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 444,6 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany przyswajalne [g] 337,5 Sód [mg] 738 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 suma cukrów prostych [g] 142,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Kasza manna gotowana na mleku. 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Pomidory cherry 50 g Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Makaron z duszonymi truskawkami 350 g (1 GLU) Surówka marchewka z ananase ^{m^} 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Pomidory cherry 50 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 221,7 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany przyswajalne [g] 331,4 Sód [mg] 516,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 124,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20
	Cukrzyca Dzieci UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Jabłko Jonagold 1 szt 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa gulaszowa [^] 350 ml (1 GLU) Filet drobiowy gotowany 80 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka marchewka z ananase ^{m^} 120 g Kompot owocowy [^] 250 ml Sos musztardowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 10 GOR)	Schab Cygański Dobra Marka 40 g Jajo 1 szt (3 JAJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Papryka czerwona 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 429 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany przyswajalne [g] 334,7 Sód [mg] 541 Błonnik pokarmowy [g] 46,3 suma cukrów prostych [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

2024-07-02 wtorek	Podstawa Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rozszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka zielona 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z miruny smażony 100 g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 10 GOR) Warzywa w sosie greckim [^] 120 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Ser topiony mix Sertop 1 szt (7 MLE) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR) cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 682 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany przyswajalne [g] 356,2 Sód [mg] 1 110,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 suma cukrów prostych [g] 125,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Platki owsiane gotowane na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Schab na kartki Nikpol 40 g cukier 5g ADM 1 szt Banan 1 Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rozszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka zielona 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Galaretka Zott 175g 1 szt Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB) Warzywa w sosie greckim [^] 120 g (1 GLU, 9 SEL, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Serek naturalny Juliko 60 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 559,8 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany przyswajalne [g] 347,2 Sód [mg] 447,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 suma cukrów prostych [g] 123,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Schab na kartki Nikpol 40 g Jabłko 1 Pasta z sera białego i papryki słodkiej [^] 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rozszponka 10 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Papryka zielona 50 g	Zupa botwinka [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z miruny pieczony 100 g (4 RYB) Kompot z rabarbaru bez cukru. 250 ml Surówka z pora i jabłka [^] 120 g (7 BIA, 7 MLE, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE)	Szynka z zagrody Chabura 40 g (6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL) Serek naturalny Juliko 60 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek konserwowy . 50 g (10 GOR)	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 575 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany przyswajalne [g] 345,3 Sód [mg] 715,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,6 suma cukrów prostych [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4
2024-07-03 środa	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Morela 2 Mix salat 10 g Pyzdra szynkowa 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Rzodkiewka 50 g	Zupa kalarepowa z ziemniakami [^] 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Galaretka Zott 175g 1 szt bitka schabowa w sosie własnym 80 g (1 GLU) Mizeria z ogórków [^] 120 g (7 BIA)	Serek naturalny Juliko 60 g Schab Grzegorza Bieleśz 40 g (6 SOJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,1 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany przyswajalne [g] 302 Sód [mg] 720 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 suma cukrów prostych [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

2024-07-03 środa	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jajo 1 szt (3 JAJ) cukier 5g ADM 1 szt Jabłko 1 Pyzdra szynkowa 40 g Mix salat 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Rzodkiewka 50 g	Zupa kalarepowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (1 GLU) Galaretki Zott 175g 1 szt Marchew gotowana^ 120 g bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,7 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany przyswajalne [g] 296,4 Sód [mg] 551,6 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 suma cukrów prostych [g] 104,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3
	Cukrzyca Dzieci UCK	Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Jajo 1 szt (3 JAJ) Jabłko 1 Pyzdra szynkowa 40 g Mix salat 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Rzodkiewka 50 g	Zupa kalarepowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Kompot owocowy^ 250 ml Mizeria z ogórków^ 120 g (7 BIA) bitka schabowa gotowana 80 g Bulion jarzynowy^ 80 ml (9 SEL)	Schab Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ) Serek naturalny Juliko 60 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Pomidory cherry 50 g	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 459,9 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany przyswajalne [g] 313,8 Sód [mg] 380,1 Błonnik pokarmowy [g] 52 suma cukrów prostych [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5
2024-07-04 czwartek	Podstawa Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Biełuński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Nektaryna 150 rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Żurek z ziemniakami.^ 350 ml (7 BIA) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretki Zott 175g 1 szt Udziec z indyka gotowany 80 g Surówka z kapusty pekińskiej^ 120 g (10 GOR) Sos paprykowo-pomidorowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Ser tostowy Lactima 2 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Ogórek kiszony 50 g (10 GOR)	Babeczka stracciatella 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,9 Białko ogółem [g] 123,9 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany przyswajalne [g] 319,4 Sód [mg] 756,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Lane ciasto gotowane na mleku 300 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Pomidor^ 100 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Biełuński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Jabłko 1 rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa selerowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretki Zott 175g 1 szt Udziec z indyka gotowany 80 g Szpinak. 120 g (7 BIA, 7 MLE) Sos paprykowo-pomidorowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Pasta z sera i koperku^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Babeczka stracciatella 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362 Białko ogółem [g] 130,6 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany przyswajalne [g] 308,9 Sód [mg] 596,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,6 suma cukrów prostych [g] 95,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

2024-07-04 czwartek	Cukrzyca Dzieci UCK Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Jabłko 1 rukola 10 g Szynka Grzegorza Bieleś 40 g (6 SOJ)	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Pomidory cherry 50 g	Zupa selerowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Udziec z indyka gotowany 80 g Kompot owocowy^ 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej^ 120 g (10 GOR) Sos paprykowo-pomidorowy 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Pasta z sera i koperku^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 40 g (6 SOJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g (10 GOR)	Babeczka stracciatella 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany przyswajalne [g] 302,6 Sód [mg] 437,9 Błonnik pokarmowy [g] 52,6 suma cukrów prostych [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8
2024-07-05 piątek	Podstawa Dzieci UCK Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Papryka żółta 50 g Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Arbuz 150 g szpinak baby 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, ROŚ) Filet z dorsza oprószony^ 100 g (1 GLU, 10 GOR) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Puree z groszku zielonego^ 120 g (ROŚ) Galaretki Zott 175g 1 szt	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka na kartki Nikpol 40 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Papryka czerwona 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 663,4 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany przyswajalne [g] 339,9 Sód [mg] 1 022,9 Błonnik pokarmowy [g] 43,3 suma cukrów prostych [g] 105,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6
2024-07-05 piątek	Łatwostrawna Dzieci UCK Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300 ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE) Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Arbuz 150 g szpinak baby 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 100 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Puree z groszku zielonego^ 120 g (ROŚ) Galaretki Zott 175g 1 szt Sos pomidorowy z koperkiem 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka na kartki Nikpol 40 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 610,2 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany przyswajalne [g] 353,6 Sód [mg] 832,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,2 suma cukrów prostych [g] 111,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5
2024-07-05 piątek	Cukrzyca Dzieci UCK Kakao bez cukru 250 ml (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Papryka żółta 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Pasta z sera i brokuł-Sc 60 g (7 BIA, 7 MLE) Jabłko 1 szpinak baby 10 g Schab Cygański Dobra Marka 40 g	Ciastko brownie Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami- dieta^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Filet z dorsza parowany 100 g Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty kiszony^ 120 g Kompot z rabarbaru bez cukru. 300 ml Sos pomidorowy z koperkiem 80 ml (7 BIA, 1 GLU)	Jajo 1 szt (3 JAJ) Szynka na kartki Nikpol 40 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Papryka czerwona 50 g	Mus owocowy z twarogiem Agiberia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 558 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany przyswajalne [g] 362,7 Sód [mg] 713 Błonnik pokarmowy [g] 55,2 suma cukrów prostych [g] 76,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

2024-07-06 sobota	Podstawa Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Gruszka 150 Mix salat 10 g Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ)	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Papryka czerwona 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretko Zott 175g 1 szt Filet drobiowy gotowany 80 g Buraczki gotowane oprószane^ 120 g (1 GLU) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i rzodkiewki^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,7 Białko ogółem [g] 112,8 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany przyswajalne [g] 345,1 Sód [mg] 699,4 Błonnik pokarmowy [g] 42 suma cukrów prostych [g] 102 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5
	Łatwostrawna Dzieci UCK	Zacierka na mleku . 300 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Banan 1 Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix salat 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Papryka czerwona 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Galaretko Zott 175g 1 szt Filet drobiowy gotowany 80 g Buraczki gotowane oprószane^ 150 g (1 GLU) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Pomidory cherry 50 g	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 613,1 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany przyswajalne [g] 373,4 Sód [mg] 471,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 suma cukrów prostych [g] 128,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Ogórek zielony 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE) Gruszka 150 Szynka piastowska Kozłowski 40 g (6 SOJ) Mix salat 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Papryka czerwona 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350 ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL) Kasza pęczak gotowana 200 g Filet drobiowy gotowany 80 g Kompot owocowy^ 250 ml Surówka coleslaw^ 120 g (7 MLE, 10 GOR) sos curry 80 ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE, 10 GOR)	Pasta z sera i zielonej pietruszki^ 60 g (7 BIA, 7 MLE) Szynka Grzegorza Bielez 40 g (6 SOJ) Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Pomidory cherry 50 g	Antybaton Łowicz 1 szt (5 ORZ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,6 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany przyswajalne [g] 315,9 Sód [mg] 351,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,1 suma cukrów prostych [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1
2024-07-07 niedziela	Podstawa Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Chleb zwykły 65 g (1 GLU, 1 ŻYT) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (6 SOJ, 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Jabłko 1 Serek naturalny Juliko 60 g Roszponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Rosół z makaronem^ 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka z szynki duszona w sosie własnym 80 g (1 GLU) Ziemniaki posypane koperkiem^ 250 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty czerwonej^ 120 g (10 GOR) Galaretko Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bielez 40 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Twarożek 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Papryka zielona 50 g cukier 5g ADM 1 szt Ser żółty Ostrowia 40 g (7 MLE)	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 624 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany przyswajalne [g] 321,2 Sód [mg] 667,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 99,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 UCK

2024-07-07 niedziela	Łatwostrawna Dzieci UCK	Ryż gotowany na mleku . 300 ml (7 BIA, 7 MLE) Herbata bez cukru 250 ml Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Pomidory cherry 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (6 SOJ, 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt cukier 5g ADM 1 szt Jabłko 1 Serek naturalny Juliko 60 g Roszponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Óli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 80 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE) bukiet warzyw gotowany [^] 120 g Galaretka Zott 175g 1 szt	Szynka krucha z pieca Bieleisz 40 g Bułka pszenna 50g Mister 1 szt (1 GLU) Twarożek 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rama 10g 1 szt Sok owocowy Wosanka 1 szt Pomidory cherry 50 g cukier 5g ADM 1 szt Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE)	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,2 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany przyswajalne [g] 306,4 Sód [mg] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5
	Cukrzyca Dzieci UCK	Herbata bez cukru 250 ml Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Rzodkiewka 50 g Masło Mlekowita 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbaska goleszowska 2 szt (6 SOJ, 10 GOR) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt Jabłko 1 Serek naturalny Juliko 60 g Roszponka 10 g	Ciastko jaglane Frank&Óli 1 szt (5 ORZ) Ogórek zielony 50 g	Rosół z makaronem [^] 350 ml (1 GLU, 9 SEL) Bitka gotowana z szynki 80 g Ziemniaki posypane koperkiem [^] 250 g (7 BIA, 7 MLE) Surówka z kapusty czerwonej [^] 150 g (10 GOR) Kompot owocowy [^] 250 ml	Szynka krucha z pieca Bieleisz 40 g Chleb żytni bez drożdży Mister 150 g (1 GLU) Twarożek 60 g (7 BIA, 7 MLE) Rama 10g 1 szt Herbata bez cukru 250 ml Papryka zielona 50 g Ser biały plaster Bieruński 40 g (7 BIA, 7 MLE)	Jogurt owocowy w tubce bez cukru 1 szt (7 MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,1 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany przyswajalne [g] 329,3 Sód [mg] 331,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,6 suma cukrów prostych [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2