

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Ryż na mleku 300g ( <b>MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>GLU, GOR</b> ), Kompot owocowy 250g, Sałata lodowa z jogurtem 60g ( <b>MLE</b> ),	Herbata 250g, Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Sałatka z fasolą, kukurydzą i pestkami dyni 200g, Pieczywo chrupkie żytnie 15g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2425.43 kcal; Białko ogółem: 99.93 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; Tłuszcz: 66.81 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.82 g; suma cukrów prostych: 70.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.96 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Ryż na mleku 300g ( <b>MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>GLU, GOR</b> ), Kompot owocowy 250g, Sałata lodowa z jogurtem 60g ( <b>MLE</b> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2196.98 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; Tłuszcz: 63.46 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 14.76 g; suma cukrów prostych: 74.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.32 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), szynka pieczona 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Makaron razowy z sosem bolońskim 300g ( <b>GLU, GOR</b> ), Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Sałata lodowa z jogurtem 60g ( <b>MLE</b> ),	Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/c 250g, Szynka drobiowa 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Sałatka z fasolą, kukurydzą i pestkami dyni 200g, Pieczywo chrupkie żytnie 15g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1957.23 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Węglowodany ogółem: 256.74 g; Tłuszcz: 62.22 g; Sól: 7.89 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; suma cukrów prostych: 44.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> banany 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 145.50 kcal; Białko ogółem: 1.50 g; Węglowodany ogółem: 35.25 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 2.55 g; suma cukrów prostych: 28.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.18 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Ciasteczka kokosowo-owsiane 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 561.66 kcal; Białko ogółem: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 17.29 g; Sól: 0.19 g; Błonnik pokarmowy: 7.74 g; suma cukrów prostych: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 6.93 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
<b>środa 2024-02-28</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Makaron muszelka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Ziemniaki 200g, Kotlet schabowy 130g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Fasolka szparagowa 160g, Chrzanowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ),	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2629.61 kcal; Białko ogółem: 125.82 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; Tłuszcz: 90.24 g; Sól: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g; suma cukrów prostych: 63.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Makaron muszelka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Schab gotowany 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Fasolka szparagowa 160g, Kompot owocowy 250g, Ziemniaki 200g, Krupnik 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Sos pieczeniowy 20g ( <b>GLU</b> ),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2375.46 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Węglowodany ogółem: 315.65 g; Tłuszcz: 76.70 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.04 g; suma cukrów prostych: 64.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.72 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Polędwica wp. bez osłony 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ),	Schab gotowany 150g ( <b>GLU, MLE</b> ), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa 160g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Chrzanowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Sos pieczeniowy 20g ( <b>GLU</b> ),	Herbata b/c 250g, Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), polędwica drobiowa 70g, pomidor spod osłon 100g, Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2417.08 kcal; Białko ogółem: 119.32 g; Węglowodany ogółem: 315.34 g; Tłuszcz: 76.57 g; Sól: 9.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; suma cukrów prostych: 42.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.62 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> pomarańcze 200g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 94.00 kcal; Białko ogółem: 1.80 g; Węglowodany ogółem: 22.60 g; Tłuszcz: 0.40 g; Sól: 0.02 g; Błonnik pokarmowy: 3.80 g; suma cukrów prostych: 17.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.04 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Serik na zimno 90g ( <b>MLE</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 106.15 kcal; Białko ogółem: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 7.60 g; Tłuszcz: 2.40 g; Sól: 0.06 g; Błonnik pokarmowy: 0.18 g; suma cukrów prostych: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 176.00 kcal; Białko ogółem: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 18.36 g; Tłuszcz: 6.38 g; Sól: 0.69 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.80 g;		
<b>czwartek 2024-02-29</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa kg 10g , papryka świeża, kolorowa 100g , Paszтет z soczewicy 50g ( <b>JAJ</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ),	Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250g , Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Brokuły gotowane 200g ,	masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 70g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata 250g , Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2554.23 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; Tłuszcz: 85.15 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.63 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza manna na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa kg 10g , pomidor spod osłon 100g , Paszтет z soczewicy 50g ( <b>JAJ</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ),	Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250g , Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Brokuły gotowane 200g ,	Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), twaróg półtłusty 100g ( <b>MLE</b> ), Herbata 250g , serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2398.53 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Węglowodany ogółem: 318.67 g; Tłuszcz: 76.08 g; Sól: 3.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; suma cukrów prostych: 66.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW</b>		
Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa kg 10g , papryka świeża, kolorowa 100g , Paszтет z soczewicy 50g ( <b>JAJ</b> ), jaja 1szt ( <b>JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), filet z piersi indyka-wędzony 30g ,	Koperkowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250g , jabłka champion 150g , Roladki rybne z warzywami 150g ( <b>GLU, RYB, MLE</b> ), Ziemniaki 200g , Brokuły gotowane 200g ,	Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 70g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z pekińska, pomidorem i kukurydzą 100g , Herbata b/c 250g , serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2478.53 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Węglowodany ogółem: 318.53 g; Tłuszcz: 81.79 g; Sól: 7.05 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; suma cukrów prostych: 47.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 90g ,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 54.00 kcal; Białko ogółem: 0.81 g; Węglowodany ogółem: 12.51 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.89 g; suma cukrów prostych: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.11 g;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> biszkoty okrągłe 20g ( <b>GLU</b> ), dżem - różne smaki 20g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 117.80 kcal; Białko ogółem: 1.76 g; Węglowodany ogółem: 25.88 g; Tłuszcz: 0.88 g; Sól: 2.80 g; Błonnik pokarmowy: 16.18 g; suma cukrów prostych: 760.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.40 g;		
<b>piątek 2024-03-01</b> <b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 158.00 kcal; Białko ogółem: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 19.85 g; Tłuszcz: 2.91 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 1.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	Podwieczorek: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: PODSTAWOWA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Chleb mieszany KG 60g (GLU), Chleb razowy KG 40g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Szynek wp. 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Grycikowa 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250g, Strogonow 150g (GOR),	Herbata 250g, Chleb razowy KG 80g (GLU), Chleb mieszany KG 30g (GLU), Szynek wp. gotowana 70g, masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2162.75 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; Tłuszcz: 73.00 g; Sól: 8.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; suma cukrów prostych: 63.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Makaron zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), Szynek wp. 70g, pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Grycikowa 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Buraki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250g, Strogonow 150g (GOR),	Herbata 250g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g, pomidor spod osłon 100g, Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2115.55 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; Tłuszcz: 76.01 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; suma cukrów prostych: 66.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g (GLU), masło extra 15g (MLE), Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), Szynek wp. 70g, ogórek kwaszony 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 30g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Grycikowa 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Surówka z kiszzonej kapusty b/c 150g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Strogonow 150g (GOR),	masło extra 15g (MLE), Szynek wp. gotowana 70g, Herbata b/c 250g, pomidor spod osłon 100g, Chleb razowy KG 120g (GLU), Kefir 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2113.77 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Węglowodany ogółem: 253.94 g; Tłuszcz: 78.87 g; Sól: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; suma cukrów prostych: 37.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
Jabłko pieczone 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 75.00 kcal; Białko ogółem: 0.60 g; Węglowodany ogółem: 18.15 g; Tłuszcz: 0.60 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.00 g; suma cukrów prostych: 14.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.06 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	Podwieczorek: Jogurt truskawkowy- na bazie jogurtu naturalnego 120g (MLE),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 66.60 kcal; Białko ogółem: 4.44 g; Węglowodany ogółem: 7.72 g; Tłuszcz: 2.08 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.36 g; suma cukrów prostych: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: ser żółty twardy 30g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (MLE),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 60.00 kcal; Białko ogółem: 4.30 g; Węglowodany ogółem: 6.20 g; Tłuszcz: 2.00 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Chleb razowy KG 40g (GLU), Chleb mieszany KG 60g (GLU), papryka świeża, kolorowa 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Ziemniaki 200g, Pulpet drobiowy gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, MLE), Bukiet warzyw na parze 200g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), Ogórek konserwowy 65g (GOR), Chleb mieszany KG 30g (GLU), Chleb razowy KG 80g (GLU), Jogurt naturalny 150g (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2303.46 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Węglowodany ogółem: 320.10 g; Tłuszcz: 69.52 g; Sól: 9.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.40 g; suma cukrów prostych: 71.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLE), Kawa mleczna 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Bułka pszenna KG 80g (GLU), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Kompot owocowy 250g, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Ziemniaki 200g, Pulpet drobiowy gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, MLE), Bukiet warzyw na parze 200g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), pomidor spod osłon 100g, Bułka pszenna KG 80g (GLU), Jogurt naturalny 150g (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2253.58 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; Tłuszcz: 72.33 g; Sól: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; suma cukrów prostych: 71.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.68 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa mleczna b/c 250g (GLU, MLE), szynka pieczona 70g, masło extra 15g (MLE), Chleb razowy KG 120g (GLU), papryka świeża, kolorowa 100g, Sałata masłowa kg 10g, II Śniadanie: Chleb razowy KG 40g (GLU), ser żółty twardy 30g (MLE),	Kompot owocowy b/c 250g, Kapuśniak light 300ml (GLU, SEL, GOR), Ziemniaki 200g, Pulpet drobiowy gotowany z sosem koperkowym 160g (GLU, JAJ, MLE), Bukiet warzyw na parze 200g, jabłka champion 150g,	Herbata 250g, filet z piersi indyka-wędzony 70g, masło extra 15g (MLE), Ogórek konserwowy 65g (GOR), Chleb razowy KG 120g (GLU), Jogurt naturalny 150g (MLE),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2326.46 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Węglowodany ogółem: 314.37 g; Tłuszcz: 72.46 g; Sól: 9.52 g; Błonnik pokarmowy: 44.20 g; suma cukrów prostych: 61.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.80 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
II Śniadanie: banany 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 145.50 kcal; Białko ogółem: 1.50 g; Węglowodany ogółem: 35.25 g; Tłuszcz: 0.45 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 2.55 g; suma cukrów prostych: 28.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.18 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
Podwieczorek: Wafle ryżowe 20g, dżem - różne smaki 10g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 97.60 kcal; Białko ogółem: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 22.01 g; Tłuszcz: 0.62 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.61 g; suma cukrów prostych: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.07 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO		
II Śniadanie: jaja 1szt (JAJ), Chleb razowy KG 40g (GLU),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 176.00 kcal; Białko ogółem: 10.14 g; Węglowodany ogółem: 18.36 g; Tłuszcz: 6.38 g; Sól: 0.69 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.80 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		
Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA		
	<b>Podwieczorek:</b> ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), Chleb mieszany KG 60g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 40g, Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Pieczeń z szynki 120g ( <b>GLU</b> ), Ryż biały gotowany 150g, Surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot owocowy 250g, Sos pieczarkowy 20g ( <b>GLU</b> ),	Chleb mieszany KG 30g ( <b>GLU</b> ), Chleb razowy KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, Herbata 250g, Rzodkiewka plastry 30g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2388.00 kcal; Białko ogółem: 109.73 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; Tłuszcz: 80.24 g; Sól: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; suma cukrów prostych: 64.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 40g, Kawa mleczna 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), twaróg półtłusty 50g ( <b>MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g,	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Pieczeń z szynki 120g ( <b>GLU</b> ), Ryż biały gotowany 150g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( <b>GOR</b> ), Kompot owocowy 250g, Sos pomidorowy 20g ( <b>GLU, GOR</b> ),	Bułka pszenna KG 80g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, Herbata 250g, pomidor spod osłon 100g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2261.59 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Węglowodany ogółem: 293.53 g; Tłuszcz: 73.76 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 15.71 g; suma cukrów prostych: 67.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.12 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka wp. gotowana 40g, Kawa mleczna b/c 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), ser żółty twardy 30g ( <b>MLE</b> ), pomidor spod osłon 100g, Sałata masłowa kg 10g, <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <b>GLU</b> ), filet z piersi indyka-wędzony 30g,	Szpinakowa 300ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Pieczeń z szynki 120g ( <b>GLU</b> ), Ryż brązowy 150g, Surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot owocowy b/c 250g, jabłka champion 150g, Sos pieczarkowy 20g ( <b>GLU</b> ),	Chleb razowy KG 120g ( <b>GLU</b> ), masło extra 15g ( <b>MLE</b> ), Szynka drobiowa 70g, Rzodkiewka plastry 30g, Herbata b/c 250g, serek wiejski light 150g 1szt ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2311.15 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Węglowodany ogółem: 296.15 g; Tłuszcz: 76.14 g; Sól: 8.95 g; Błonnik pokarmowy: 41.66 g; suma cukrów prostych: 41.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.29 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI		
<b>II Śniadanie:</b> gruszki 150g,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 87.00 kcal; Białko ogółem: 0.90 g; Węglowodany ogółem: 21.60 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 3.15 g; suma cukrów prostych: 14.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.06 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
Dieta: PODWIECZOREK DZIECI		
	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy 150g,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 55.65 kcal; Białko ogółem: 0.03 g; Węglowodany ogółem: 13.91 g; Tłuszcz: 0.00 g; Sól: 0.03 g; Błonnik pokarmowy: 0.02 g; suma cukrów prostych: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-04</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIAŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> ser żółty twardy 30g ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		
<b>poniedziałek 2024-03-04</b>		
<b>Dieta: PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
<b>Podwieczorek:</b> twaróg półtłusty 50g ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), dżem - różne smaki 10g ,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 183.00 kcal; Białko ogółem: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 26.08 g; Tłuszcz: 2.93 g; Sól: 0.54 g; Błonnik pokarmowy: 2.73 g; suma cukrów prostych: 7.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.40 g;		
<b>wtorek 2024-03-05</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Kasza jaglana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Chleb mieszany KG 60g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pasta z makreli 100g ( <i>JAJ, RYB</i> ), Sałata masłowa kg 10g , ogórek kwaszony 100g ,	Kompot owocowy 250g , Ogórkowa z ziemniakami 250ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Kluski leniwe 250g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Marchew gotowana 150g ( <i>GLU</i> ),	papryka świeża, kolorowa 100g , Chleb mieszany KG 30g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Herbata 250g , twaróg z natką pietruszki 100g ( <i>MLE</i> ), Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2770.67 kcal; Białko ogółem: 127.09 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; Tłuszcz: 100.07 g; Sól: 10.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; suma cukrów prostych: 84.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.26 g;		
<b>wtorek 2024-03-05</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Kasza jaglana na mleku 300g ( <i>MLE</i> ), Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Kawa mleczna 250g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pasta z mintaja i natki pietruszki 100g ( <i>JAJ, RYB</i> ), Sałata masłowa kg 10g , pomidor spod osłon 100g ,	Kompot owocowy 250g , Ogórkowa z ziemniakami 250ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Kluski leniwe 250g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Marchew gotowana 150g ( <i>GLU</i> ),	Bułka pszenna KG 80g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Herbata 250g , twaróg z natką pietruszki 100g ( <i>MLE</i> ), pomidor spod osłon 100g , Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2621.97 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; Tłuszcz: 92.85 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g; suma cukrów prostych: 85.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.52 g;		
<b>wtorek 2024-03-05</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Herbata b/c 250g , Pasta z makreli 100g ( <i>JAJ, RYB</i> ), Sałata masłowa kg 10g , ogórek kwaszony 100g , <b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ), Szynka wp. gotowana 30g ,	Kompot owocowy b/c 250g , Jarzynowa 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kluski leniwe 250g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z marchwii 150g ,	Chleb razowy KG 120g ( <i>GLU</i> ), masło extra 15g ( <i>MLE</i> ), Herbata b/c 250g , twaróg z natką pietruszki 100g ( <i>MLE</i> ), pomidor spod osłon 100g , Maślanka naturalna 1,5% 330ml ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2557.98 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Węglowodany ogółem: 306.57 g; Tłuszcz: 95.13 g; Sól: 10.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; suma cukrów prostych: 38.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.67 g;		
<b>wtorek 2024-03-05</b>		
<b>Dieta: 2 ŚNIADANIE DZIECI</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka owocowa 150g ,		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 56.92 kcal; Białko ogółem: 0.48 g; Węglowodany ogółem: 13.97 g; Tłuszcz: 0.30 g; Sól: 0.01 g; Błonnik pokarmowy: 1.93 g; suma cukrów prostych: 10.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.05 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Bielański		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05		
Dieta: <b>PODWIECZOREK DZIECI</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> Galaretka 100g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 0.00 kcal; Białko ogółem: 0.00 g; Węglowodany ogółem: 0.00 g; Tłuszcz: 0.00 g; Sól: 0.00 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 0.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 0.00 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: <b>2 ŚNIADANIE CUKRZYCA PATOLOGIA CIĄŻY + POŁOŻNICTWO</b>		
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150g ( <i>MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 60.00 kcal; Białko ogółem: 4.30 g; Węglowodany ogółem: 6.20 g; Tłuszcz: 2.00 g; Sól: 0.16 g; Błonnik pokarmowy: 0.00 g; suma cukrów prostych: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1.19 g;		
wtorek 2024-03-05		
Dieta: <b>PODWIECZOREK POŁOŻNICTWO I PATOLOGIA</b>		
	<b>Podwieczorek:</b> ser żółty twardy 30g ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy KG 40g ( <i>GLU</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 186.50 kcal; Białko ogółem: 10.47 g; Węglowodany ogółem: 18.03 g; Tłuszcz: 7.58 g; Sól: 0.94 g; Błonnik pokarmowy: 2.64 g; suma cukrów prostych: 0.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4.20 g;		