

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Banan 1 szt, surówka z kap. pekińskiej 120g, gulasz po cygańsku 160g, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3023.80 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 451.41 g; Sól: 9.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.91 g; suma cukrów prostych: 126.17 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.96 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 88.20 g; Węglowodany ogółem: 410.00 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 122.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2942.96 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 88.20 g; Węglowodany ogółem: 410.00 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 122.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, kiwi 1szt., Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny l/c 330ml*, Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salatką z kaszą kuskus, soczewicą i rozspinką 100g (1,8), jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.89 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 84.95 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; Sól: 9.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.97 kcal; Białko ogółem: 137.77 g; Tłuszcz: 97.93 g; Węglowodany ogółem: 309.11 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.33 g; suma cukrów prostych: 97.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

poniedziałek 2024-08-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.57 kcal; Białko ogółem: 126.09 g; Tłuszcz: 94.81 g; Węglowodany ogółem: 215.91 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 95.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g;

Jadłospis dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-12		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Surówka z kapusty pekińskiej 120 g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroz. 250ml*, gulasz po cygańsku 160g, kopytka 250g (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3212.86 kcal; Białko ogółem: 121.90 g; Tłuszcz: 96.35 g; Węglowodany ogółem: 460.14 g; Sól: 13.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 135.41 g; Błonnik pokarmowy: 37.66 g;

poniedziałek 2024-08-12		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salátka zielona z sosem winegret 120g*, Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3164.95 kcal; Białko ogółem: 133.68 g; Tłuszcz: 101.56 g; Węglowodany ogółem: 421.57 g; Sól: 10.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; suma cukrów prostych: 133.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

poniedziałek 2024-08-12		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, kiwi 1szt., Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny b/c 330ml*, Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8), jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.53 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 82.99 g; Węglowodany ogółem: 336.59 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; suma cukrów prostych: 84.42 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza manna na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 250g, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Ogórek konserwowy 50g* (11), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2939.86 kcal; Białko ogółem: 128.41 g; Tłuszcz: 92.19 g; Węglowodany ogółem: 405.28 g; Sól: 10.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 82.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.62 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Kasza manna na mleku 350 g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.14 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 360.87 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; suma cukrów prostych: 77.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza manna na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.14 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 360.87 g; Sól: 7.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; suma cukrów prostych: 77.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z jajkiem, kalaflorem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem białym 100g* (1,3), gruszka 1 szt.,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.61 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 89.65 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; Sól: 9.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; suma cukrów prostych: 82.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.19 kcal; Białko ogółem: 128.99 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 381.66 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 86.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2128.79 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 259.46 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.36 g; suma cukrów prostych: 83.95 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g;

Jadłospis dla oddziałów

Kasza manna na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 250g, kapusta biała zasmażana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Ogórek konserwowy 50g* (11), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalaforem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem babę 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3278.15 kcal; Białko ogółem: 141.38 g; Tłuszcz: 109.24 g; Węglowodany ogółem: 434.30 g; Sól: 13.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.03 g; suma cukrów prostych: 94.12 g; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Kasza manna na mleku 350 g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalaforem, jajkiem, szpinakiem babę 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2898.43 kcal; Białko ogółem: 133.20 g; Tłuszcz: 87.42 g; Węglowodany ogółem: 387.69 g; Sól: 10.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; suma cukrów prostych: 87.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g;

wtorek 2024-08-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalaforem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem babę 100g* (1,3), gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.61 kcal; Białko ogółem: 121.86 g; Tłuszcz: 89.65 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; Sól: 9.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.79 g; suma cukrów prostych: 82.78 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g (2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 120g*, brzoskwinia 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3096.14 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 107.97 g; Węglowodany ogółem: 405.73 g; Sól: 9.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 85.37 g; suma cukrów prostych: 99.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), brzoskwinia 1szt, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.90 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.33 g; suma cukrów prostych: 88.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, brzoskwinia 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.90 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 362.33 g; Sól: 7.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.33 g; suma cukrów prostych: 88.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połudwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, Salata zielona z sosem winegret 120g*, brzoskwinia 1szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Salatka z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: grejfrut 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , salatka z rukoli, białej rzodkwi, papryki i czamuszki 100g,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.14 kcal; Białko ogółem: 83.82 g; Tłuszcz: 94.02 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.35 g; suma cukrów prostych: 89.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.93 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.05 kcal; Białko ogółem: 127.99 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 79.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.05 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

środa 2024-08-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospis dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g (2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt, Salata zielona z sosem winegret 120g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salata z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salata z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3327.54 kcal; Białko ogółem: 137.14 g; Tłuszcz: 119.93 g; Węglowodany ogółem: 420.35 g; Sól: 12.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 87.27 g; suma cukrów prostych: 110.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g;

środa 2024-08-14

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), brzoskwinia 1szt, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salata z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salata z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2832.29 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 94.06 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; Sól: 10.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 82.22 g; suma cukrów prostych: 99.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

środa 2024-08-14

Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, brzoskwinia 1szt, Salata zielona z sosem winegret 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Salata z salaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: grejfrut 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Salata z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.09 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 94.24 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.39 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml [*] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Salatką z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g [*] , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2709.67 kcal; Białko ogółem: 130.79 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 406.73 g; Sól: 7.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.85 g; suma cukrów prostych: 87.90 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml [*] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Salatką z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g [*] , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.40 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Tłuszcz: 65.27 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 89.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml [*] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Salatką z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g [*] , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.40 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Tłuszcz: 65.27 g; Węglowodany ogółem: 350.83 g; Sól: 6.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; suma cukrów prostych: 89.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g,	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml [*] , gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g, Salatką z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g [*] , jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Salatką z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem kalcy 100g [*] (1,3), kiwi 1szt.,		
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.84 kcal; Białko ogółem: 133.92 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 355.42 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.10 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Pakowata 12		
Herbata z cukrem 250ml [*] , Platki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml [*] , bułka wrocławska 100g (1),	Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml [*] , Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801.77 kcal; Białko ogółem: 137.79 g; Tłuszcz: 93.84 g; Węglowodany ogółem: 365.88 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml [*] , Platki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml [*] ,	Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml [*] , Jarzynowa z ziemn350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.77 kcal; Białko ogółem: 129.79 g; Tłuszcz: 89.44 g; Węglowodany ogółem: 309.28 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 79.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospis dla oddziałów

Platki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem białym 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3047.67 kcal; Białko ogółem: 144.21 g; Tłuszcz: 83.41 g; Węglowodany ogółem: 435.00 g; Sól: 10.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 98.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.26 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., Sos piebuszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem białym 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.39 kcal; Białko ogółem: 131.36 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 379.10 g; Sól: 9.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.36 g; suma cukrów prostych: 99.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g;

czwartek 2024-08-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g,	Zupa minestrone 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: kiwi 1szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem białym 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.84 kcal; Białko ogółem: 133.92 g; Tłuszcz: 79.36 g; Węglowodany ogółem: 355.42 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 83.60 g; Błonnik pokarmowy: 42.10 g;

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspinką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, ogórek kisz 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3365.99 kcal; Białko ogółem: 134.11 g; Tłuszcz: 114.65 g; Węglowodany ogółem: 462.52 g; Sól: 9.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.13 g; suma cukrów prostych: 123.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspinką, pomidorem i pestkami dynii 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.36 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 392.02 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 119.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspinką, pomidorem i pestkami dynii 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2578.36 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 392.02 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 119.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozspinką, pomidorem i pestkami dynii 100g*,
II Śniadanie: arkusz 200g, sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.11 kcal; Białko ogółem: 122.19 g; Tłuszcz: 94.27 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 86.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.20 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Pakowata 12		
kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, kakao 250ml(2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), brokuly z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml(1,2,3,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2523.54 kcal; Białko ogółem: 138.62 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 312.02 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 100.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, kakao 250ml(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	tomatowa z makaronem350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., brokuly z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.79 kcal; Białko ogółem: 133.77 g; Tłuszcz: 85.66 g; Węglowodany ogółem: 311.98 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 100.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	jarzynowa 7-sklad. 350ml (1,2,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, ogórek kisz 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3555.88 kcal; Białko ogółem: 150.83 g; Tłuszcz: 129.07 g; Węglowodany ogółem: 455.59 g; Sól: 13.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.84 g; suma cukrów prostych: 116.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2768.26 kcal; Białko ogółem: 120.13 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 385.09 g; Sól: 9.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.30 g; suma cukrów prostych: 111.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

piątek 2024-08-16 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2),	jarzynowa 7-sklad. 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Nektarynka 1szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), arbuz 200g,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2647.11 kcal; Białko ogółem: 122.19 g; Tłuszcz: 94.27 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; Sól: 9.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 86.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Plátky owsiane na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3128.68 kcal; Białko ogółem: 140.97 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 467.38 g; Sól: 8.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.77 g; suma cukrów prostych: 147.99 g; Błonnik pokarmowy: 43.37 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Plátky owsiane na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.41 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.89 g; suma cukrów prostych: 136.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Plátky owsiane na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.41 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; Sól: 7.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.89 g; suma cukrów prostych: 136.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, serek homog. nat. 60g.(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt, Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8),		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.25 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.80 g; suma cukrów prostych: 114.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.97 kcal; Białko ogółem: 128.92 g; Tłuszcz: 93.15 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.40 g; suma cukrów prostych: 84.02 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.97 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 88.75 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; suma cukrów prostych: 82.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Platki owsiane na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, grejfrut 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3357.92 kcal; Białko ogółem: 152.03 g; Tłuszcz: 92.03 g; Węglowodany ogółem: 481.61 g; Sól: 11.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.71 g; suma cukrów prostych: 142.88 g; Błonnik pokarmowy: 47.45 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Platki owsiane na mleku 350 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, grejfrut 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą jęczmienną, rukolą, jajkiem, pomidorem 100g* (1,3),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2928.00 kcal; Białko ogółem: 131.59 g; Tłuszcz: 85.16 g; Węglowodany ogółem: 401.74 g; Sól: 10.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 147.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;

sobota 2024-08-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, serek homog. nat. 60g.(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, grejfrut 1 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), jabłko deserowe 1 szt.		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.25 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 80.14 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.80 g; suma cukrów prostych: 114.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.07 g;

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Salatką z kapustą czerwoną 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , arkuż 200g,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml [*] , schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z rukolą, rzodkiewki z pestkami dyni 100g [*] , Ogórek konserwowy 50g [*] (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [*] , mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3081.49 kcal; Białko ogółem: 156.29 g; Tłuszcz: 119.68 g; Węglowodany ogółem: 348.82 g; Sól: 10.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.11 g; suma cukrów prostych: 84.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml [*] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g, arkuż 200g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g [*] ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [*] , mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.49 kcal; Białko ogółem: 144.06 g; Tłuszcz: 107.91 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; Sól: 8.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.39 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml [*] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, salata zielonolona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , Udko gotowane 1szt 200g, arkuż 200g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml [*] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g [*] ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.49 kcal; Białko ogółem: 129.34 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 306.07 g; Sól: 7.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 77.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), serek wiejski 60g (2), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Salatką z kapustą czerwoną 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml [*] , Udko gotowane 1szt 200g, arkuż 200g,	chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z rukolą, rzodkiewki z pestkami dyni 100g [*] ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatką z ryżu, pomidorów koktajlowych, szpinaku łąkowy i kurczaka 100g [*] , pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [*] , Mus warzywno-owocowy 100g [*] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.94 kcal; Białko ogółem: 144.16 g; Tłuszcz: 117.10 g; Węglowodany ogółem: 273.07 g; Sól: 10.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.17 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml [*] , Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , Mięso mielone drobiowe 90g [*] , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [*] , mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2559.42 kcal; Białko ogółem: 138.73 g; Tłuszcz: 90.07 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 97.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml [*] , Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , Kompot z owoców mroż. 250ml [*] , ziemniaki 250g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [*] , marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml [*] , ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [*] , mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.07 kcal; Białko ogółem: 126.86 g; Tłuszcz: 85.83 g; Węglowodany ogółem: 241.10 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.20 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g;

niedziela 2024-08-18 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla Odźździałarów

Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroź. 250ml ⁴ , arbus 200g,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g ⁴ , Ogórek konserwowy 50g ⁴ (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidorków koktajlowych, szpinaku baby i kurczaka 100g ⁴ ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3313.49 kcal; Białko ogółem: 168.12 g; Tłuszcz: 131.70 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; Sól: 13.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.02 g; suma cukrów prostych: 95.10 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g;

niedziela 2024-08-18

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Herbata z cukrem 250ml ⁴ , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), salata zielona z jogurtem (2) 120g , Kompot z owoców mroź. 250ml ⁴ , ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g, arbus 200g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g ⁴ ,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidorków koktajlowych, szpinaku baby i kurczaka 100g ⁴ ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3001.48 kcal; Białko ogółem: 155.89 g; Tłuszcz: 119.93 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; Sól: 11.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.29 g; suma cukrów prostych: 88.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

niedziela 2024-08-18

Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3

kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek wiejski 60g (2), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml ⁴ , Udko gotowane 1szt 200g, arbus 200g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g ⁴ ,
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidorków koktajlowych, szpinaku baby i kurczaka 100g ⁴ ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.94 kcal; Białko ogółem: 144.16 g; Tłuszcz: 117.10 g; Węglowodany ogółem: 273.07 g; Sól: 10.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.17 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;