

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.30 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 77.90 g; Węglowodany ogółem: 465.56 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.41 g; suma cukrów prostych: 120.42 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwa strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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]: 2657.29 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 418.83 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.21 g; suma cukrów prostych: 138.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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]: 2657.29 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 68.11 g; Węglowodany ogółem: 418.83 g; Sól: 7.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.21 g; suma cukrów prostych: 138.37 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), rzodkiewka 50g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: kiwi 1szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą, kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorkami koktajlowymi 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 305.20 g; Sól: 9.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.25 g; suma cukrów prostych: 91.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.90 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo, masło 350ml, buka wrodzawska 100g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.87 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 255.69 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 95.90 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;

poniedziałek 2024-08-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.87 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 80.99 g; Węglowodany ogółem: 260.59 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.11 g; suma cukrów prostych: 94.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Barszcz ukraiński 350ml(1,2,8,13), makaron ze szpinakiem i mięsem drob. 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.	Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorkami koktajlowymi 100g (1,4).			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3117.43 kcal; Białko ogółem: 120.12 g; Tłuszcz: 100.70 g; Węglowodany ogółem: 437.79 g; Sól: 12.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; suma cukrów prostych: 122.67 g; Błonnik pokarmowy: 44.24 g;

poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Pomidor 50g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron ze szpinakiem i mięsem drob. 350g (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorkami koktajlowymi 100g (1,4).			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.37 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 90.82 g; Węglowodany ogółem: 382.44 g; Sól: 11.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 133.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;

poniedziałek 2024-08-05		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), rzodkiewka 50g.	gruszka 1 szt., Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron razowy ze szpinakiem i mięsem drobiowym 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g.	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*.	Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.
II Śniadanie: kiwi 1szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem, rukolą i pomidorkami koktajlowymi 100g (1,4).			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.60 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 86.79 g; Węglowodany ogółem: 311.36 g; Sól: 9.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.43 g; suma cukrów prostych: 95.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.90 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g(1,3,13), ziemniaki 250g, Surowka z kapusty pekińskiej 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brzoskwinia 1szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Sałatka z rukolą, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.38 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 399.74 g; Sól: 9.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Łatwa strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Platki owsiane na mleku 350 ml(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, brzoskwinia 1szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.48 kcal; Białko ogółem: 123.62 g; Tłuszcz: 66.29 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.62 g; suma cukrów prostych: 80.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), brzoskwinia 1szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2605.88 kcal; Białko ogółem: 127.92 g; Tłuszcz: 68.32 g; Węglowodany ogółem: 367.62 g; Sól: 7.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.88 g; suma cukrów prostych: 82.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajkiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), grejfrut 1 szt,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surowka z kapusty pekińskiej 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, szynka na kartki 40g, Sałatka z rukolą, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2794.50 kcal; Białko ogółem: 133.33 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 394.94 g; Sól: 10.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; suma cukrów prostych: 95.93 g; Błonnik pokarmowy: 43.96 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Papkowa 12		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Napój roślinny 330ml*,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2225.92 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węglowodany ogółem: 274.46 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.65 g; suma cukrów prostych: 97.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, brokuły z wody 120 g,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2083.32 kcal; Białko ogółem: 111.04 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 250.96 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.33 g; suma cukrów prostych: 96.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

wtorek 2024-08-06 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na karku 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), leczko z papryki i cukinii z kiebasą 300g (1,8,11,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Ryż gotowany 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Banan 1 szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rzodkiewki i rozspanki z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2802.44 kcal; Białko ogółem: 113.90 g; Tłuszcz: 91.25 g; Węglowodany ogółem: 387.73 g; Sól: 9.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.82 g; suma cukrów prostych: 121.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwa strawna 2		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na karku 40g, serek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Ryż gotowany 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozspanką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.06 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 112.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na karku 40g, serek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Ryż gotowany 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozspanką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.06 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Sól: 7.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 112.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na karku 40g, Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, ryż brązowy 200g, kiwi 1szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g(2) 1szt, Sałatka z rzodkiewki i rozspanki z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt.		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.25 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 322.55 g; Sól: 10.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Platki jęczmieńne na ml, jajko, masło 350ml*, bułka wrodawska 100g (1),	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroź. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata z cukrem 250ml*, Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.70 kcal; Białko ogółem: 138.70 g; Tłuszcz: 102.35 g; Węglowodany ogółem: 266.73 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 87.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Platki jęczmieńne na ml, jajko, masło 350ml*,	Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroź. 250ml*, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , ziemiaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kopernkowa z ziemiakami 350ml(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.80 kcal; Białko ogółem: 133.17 g; Tłuszcz: 98.08 g; Węglowodany ogółem: 236.78 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.81 g; suma cukrów prostych: 85.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

środa 2024-08-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g ^(1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml ^(1,2,8,13) , leczo z papryki i cukinii z kiełbasą 300g (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml ⁽¹⁾ , Ryż gotowany 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 100g, Banan 1 szt,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami sonecznika 100g ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g ⁽¹⁾ , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3033.84 kcal; Białko ogółem: 125.41 g; Tłuszcz: 103.21 g; Węglowodany ogółem: 402.35 g; Sól: 12.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.71 g; suma cukrów prostych: 132.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;

środa 2024-08-07

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Platki jęczmieńne na mleku 350 ml ^(1,2) , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g ^(1,2) , Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml ^(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml ⁽¹⁾ , Ryż gotowany 200g, sałata zielona z jogurtem (2) 120g , Banan 1 szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami sonecznika 100g ⁽¹⁾ ,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g ⁽¹⁾ , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2772.46 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 88.12 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; Sól: 10.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.50 g; suma cukrów prostych: 123.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

środa 2024-08-07

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

chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml ^(1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml ⁽¹⁾ , sałata zielona z jogurtem (2) 100g, ryż brązowy 200g, kiwi 1szt, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt, Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami sonecznika 100g ⁽¹⁾ ,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g ⁽¹⁾ , sok warzywny 300ml 1 szt. , jabko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2598.25 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 322.55 g; Sól: 10.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Katarfior opryszany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml, Nektarynka 1szt,	Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2805.39 kcal; Białko ogółem: 132.88 g; Tłuszcz: 97.65 g; Węglowodany ogółem: 347.16 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.64 g; suma cukrów prostych: 73.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(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), Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2616.26 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 98.67 g; Węglowodany ogółem: 301.27 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 82.00 g; suma cukrów prostych: 71.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(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), Polędwica sopocka 40g (8), Bułka kajzerka 50g (1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2766.26 kcal; Białko ogółem: 129.99 g; Tłuszcz: 100.47 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 82.85 g; suma cukrów prostych: 72.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml, Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,	Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z rukoli, białej rzodkwi, papryki i czamuszki 100g, grejfrut 1 szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2838.01 kcal; Białko ogółem: 128.59 g; Tłuszcz: 108.62 g; Węglowodany ogółem: 341.31 g; Sól: 9.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 82.19 g; suma cukrów prostych: 88.80 g; Błonnik pokarmowy: 40.14 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.69 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.06 g; suma cukrów prostych: 60.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.49 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 80.63 g; Węglowodany ogółem: 236.04 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 59.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Kalańkor opryszany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Nektarynka 1szt,	Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3013.39 kcal; Białko ogółem: 141.67 g; Tłuszcz: 109.49 g; Węglowodany ogółem: 358.73 g; Sól: 11.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 83.52 g; suma cukrów prostych: 84.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(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), Polędwica sopocka 40g (8), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2824.26 kcal; Białko ogółem: 134.58 g; Tłuszcz: 110.51 g; Węglowodany ogółem: 312.84 g; Sól: 10.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 83.87 g; suma cukrów prostych: 82.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;

czwartek 2024-08-08 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Nektarynka 1szt,	Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozspanką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. , grejfrut 1 szt,		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2848.56 kcal; Białko ogółem: 133.54 g; Tłuszcz: 108.72 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; Sól: 9.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 82.20 g; suma cukrów prostych: 87.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.82 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Poledwica sopocka 40g (8), papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1),	ogórkowa z ziem.350ml(1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), surówka bułgarska120g.(3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), sok warzywiny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaganka z siemieniem nianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3611.37 kcal; Białko ogółem: 154.07 g; Tłuszcz: 116.97 g; Węglowodany ogółem: 482.39 g; Sól: 13.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.80 g; suma cukrów prostych: 113.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Ryż na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), Poledwica sopocka 40g (8), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml(1,2), Pomidor 50g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	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 owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), sok warzywiny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaganka z siemieniem nianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3081.42 kcal; Białko ogółem: 142.80 g; Tłuszcz: 91.67 g; Węglowodany ogółem: 415.57 g; Sól: 11.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; suma cukrów prostych: 108.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

piątek 2024-08-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g, Poledwica sopocka 40g (8), kakao bez cukru 250ml (2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ziemniaki 250g, filet z dorsza parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska120g.(3,11,13), pomarańcza 1 szt,	Kakao b/c 250 ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tuńczyka 100g* (4), sok warzywiny 300ml 1 szt. , gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: mus - jaganka z siemieniem nianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2974.75 kcal; Białko ogółem: 140.46 g; Tłuszcz: 95.07 g; Węglowodany ogółem: 396.99 g; Sól: 10.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.05 g; suma cukrów prostych: 100.36 g; Błonnik pokarmowy: 45.52 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 70g*(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), arbusz 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Salatką z rzodkiewki, rozszonki, pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11).
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2824.83 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 95.40 g; Węglowodany ogółem: 377.67 g; Sól: 8.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), arbusz 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z rozszonką, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.90 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.35 g; suma cukrów prostych: 86.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), arbusz 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salatką z rozszonką, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.90 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 326.82 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.35 g; suma cukrów prostych: 86.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homog. nat. 60g(2), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2).	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbusz 200g,	masło 10g - 1 szt. (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Salatką z rzodkiewki, rozszonki, pestkami dyni 100g*.
II Sniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Salatką makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), brzoskwinia 1szt.		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2697.53 kcal; Białko ogółem: 100.53 g; Tłuszcz: 85.50 g; Węglowodany ogółem: 396.02 g; Sól: 9.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 80.63 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na m.jajo,masło 350ml, sucharki 30g*(1).	Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.57 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 85.91 g; Węglowodany ogółem: 243.45 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 101.30 g; Błonnik pokarmowy: 23.33 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na m.jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinakowa z ziem.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 200g (2).	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2).
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.87 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 92.21 g; Węglowodany ogółem: 253.57 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; suma cukrów prostych: 100.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g;

sobota 2024-08-10 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospis dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 70g(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), arbus 200g, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki, rozszonki, pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11),
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3159.68 kcal; Białko ogółem: 130.48 g; Tłuszcz: 107.85 g; Węglowodany ogółem: 418.86 g; Sól: 11.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; suma cukrów prostych: 104.31 g; Błonnik pokarmowy: 38.85 g;

sobota 2024-08-10

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), arbus 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszonką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z kalaforem, jajkiem, szpinakiem baby 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.19 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 77.20 g; Węglowodany ogółem: 353.64 g; Sól: 10.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 96.33 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

sobota 2024-08-10

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

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek homog. nat. 60g(2), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), surówka meksykańska 120g (3,11,13), arbus 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rzodkiewki, rozszonki, pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. , brzoskwinia 1szt,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2690.33 kcal; Białko ogółem: 98.91 g; Tłuszcz: 85.23 g; Węglowodany ogółem: 393.59 g; Sól: 9.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; suma cukrów prostych: 81.80 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml ^(1,2) , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 50g (3), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Bika wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g ⁽¹⁾ , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2981.37 kcal; Białko ogółem: 140.03 g; Tłuszcz: 102.94 g; Węglowodany ogółem: 379.64 g; Sól: 9.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.78 g; suma cukrów prostych: 96.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml ^(1,2) , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z kopernikiem 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Pomidor 50g,	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , jabłko deserowe 1 szt. , sos pietruszkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g ⁽¹⁾ , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2675.85 kcal; Białko ogółem: 134.78 g; Tłuszcz: 86.39 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; Sól: 7.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.64 g; suma cukrów prostych: 93.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml ^(1,2) , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na karku 40g, Twarożek z kopernikiem 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Pomidor 50g,	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , jabłko deserowe 1 szt. , sos pietruszkowy 100g m (1,2),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g ⁽¹⁾ , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2416.65 kcal; Białko ogółem: 121.66 g; Tłuszcz: 63.43 g; Węglowodany ogółem: 342.89 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.21 g; suma cukrów prostych: 93.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z kopernikiem 60g (2), ogórek zielony 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), II Śniadanie: Sałatka z kasza jęczmienna, rukola, jajkiem, pomidorem 100g ⁽¹⁾ , sok warzywny 300ml 1 szt. , pomarańcza 1 szt.	pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml ⁽¹⁾ , jabłko deserowe 1 szt. , sos pietruszkowy 100g m (1,2),	chleb razowy 90, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g ⁽¹⁾ , jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2931.61 kcal; Białko ogółem: 143.41 g; Tłuszcz: 102.61 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; Sól: 11.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 97.55 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , Mięso mielone drobiowe 90g ⁽¹⁾ , pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata 250g, Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mięso mielone drobiowe 90g ⁽¹⁾ ,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2132.94 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 231.49 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 101.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.37 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml ⁽¹⁾ , Mięso mielone drobiowe 90g ⁽¹⁾ , pomidorowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml ⁽¹⁾ , Grysiówka 350ml ^(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g ⁽¹⁾ , bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 100g,
Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml ⁽¹⁾ , mus warzywno-owocowy 100g,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna [kcal]: 2150.64 kcal; Białko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 247.18 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; suma cukrów prostych: 81.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Pośilek nocny
niedziela 2024-08-11 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

Jadłospis dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 53g (3), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Bitka wieprzowa z łopaty 90g w sosie własnym (1), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
II Śniadanie: Sałatka z kaszą jęczmienną, rukolą, jajkiem, pomidorem 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3256.96 kcal; Białko ogółem: 150.17 g; Tłuszcz: 119.49 g; Węglowodany ogółem: 396.30 g; Sól: 12.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.11 g; suma cukrów prostych: 107.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g;

niedziela 2024-08-11

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , sos pietruszkowy 100g m (1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
II Śniadanie: Sałatka z kaszą jęczmienną, rukolą, jajkiem, pomidorem 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2951.44 kcal; Białko ogółem: 144.92 g; Tłuszcz: 102.94 g; Węglowodany ogółem: 359.64 g; Sól: 11.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; suma cukrów prostych: 104.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

niedziela 2024-08-11

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

chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem 60g (2), ogórek zielony 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	jabłko deserowe 1 szt. , pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos pietruszkowy 100g m (1,2),	chleb razowy 90, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: Sałatka z kaszą jęczmienną, rukolą, jajkiem, pomidorem 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. , pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2931.61 kcal; Białko ogółem: 143.41 g; Tłuszcz: 102.61 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; Sól: 11.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 97.55 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g;

Dietetyk