

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Bigos 300g* (1,8,11,13), bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica 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]: 2902.88 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 94.77 g; Węglowodany ogółem: 400.77 g; Sól: 9.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.07 g; suma cukrów prostych: 107.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.02 g;

poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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 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]: 2564.20 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 381.44 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 127.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;

poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Banan 1 szt, 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 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]: 2564.20 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 72.67 g; Węglowodany ogółem: 381.44 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; suma cukrów prostych: 127.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;

poniedziałek 2024-11-25 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, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), rzodkiewka 50g,	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i papryki 100g (13),		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2540.98 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; Sól: 9.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g;

poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), bułka wrocławska 100g (1),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.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]: 2347.38 kcal; Białko ogółem: 129.25 g; Tłuszcz: 95.76 g; Węglowodany ogółem: 251.12 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 99.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;

poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2053.38 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 91.36 g; Węglowodany ogółem: 194.52 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-11-25			Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),		Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Bigos 300g* (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,		Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), poledwica 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,	
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i papryki 100g (13),				Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3205.12 kcal; Białko ogółem: 128.80 g; Tłuszcz: 106.73 g; Węglowodany ogółem: 435.53 g; Sól: 12.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; suma cukrów prostych: 134.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.91 g;

poniedziałek 2024-11-25			Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g,		Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,		Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i pomidora 100g (13),				Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.54 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 84.50 g; Węglowodany ogółem: 397.23 g; Sól: 10.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 137.51 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

poniedziałek 2024-11-25			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, pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), rzodkiewka 50g,		jabłko deserowe 1 szt. , Koperkowa z kluskami lanymi 350 ml (1,2,3), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g,		Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z ryżu, kurczaka, szpinaku i papryki 100g (13),				Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.58 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 86.83 g; Węglowodany ogółem: 360.50 g; Sól: 9.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 84.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukoli, 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]: 2944.02 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 86.49 g; Węglowodany ogółem: 429.30 g; Sól: 8.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; suma cukrów prostych: 115.93 g; Błonnik pokarmowy: 35.45 g;

wtorek 2024-11-26 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 zapiekany z indyka 40g(11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 100g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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]: 2521.30 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 74.99 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.46 g; suma cukrów prostych: 101.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 100g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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]: 2522.70 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 75.22 g; Węglowodany ogółem: 350.88 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; suma cukrów prostych: 101.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g;

wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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(11,13), serek homog. nat. 60g.(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 100g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, 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 razowy 90, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokulem 100g* (1), pomarańcza 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 411.26 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; suma cukrów prostych: 93.73 g; Błonnik pokarmowy: 47.45 g;

wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), 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 120g, Napój roślinny 330ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.44 kcal; Białko ogółem: 126.41 g; Tłuszcz: 94.95 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 109.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, brokuły z wody 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.54 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 91.98 g; Węglowodany ogółem: 216.56 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 107.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g;

wtorek 2024-11-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kottlet schabowy - 100g (1,2,3), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), gruszka 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3278.87 kcal; Białko ogółem: 130.20 g; Tłuszcz: 98.94 g; Węglowodany ogółem: 470.49 g; Sól: 11.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.46 g; suma cukrów prostych: 126.81 g; Błonnik pokarmowy: 42.66 g;

wtorek 2024-11-26 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 zapiekany z indyka 40g(11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 100g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i szynką 100g(1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.85 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 88.15 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; Sól: 10.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; suma cukrów prostych: 111.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

wtorek 2024-11-26 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), papryka św. 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), serek homog. nat. 60g.(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), schab gotowany 100g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.60 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 89.83 g; Węglowodany ogółem: 411.26 g; Sól: 9.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; suma cukrów prostych: 93.73 g; Błonnik pokarmowy: 47.45 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (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),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.36 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 90.36 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; Sól: 8.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.52 g; suma cukrów prostych: 115.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.89 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twarożek 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Knedle z truskawkami 350g (1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.73 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 305.30 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.29 g; suma cukrów prostych: 108.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twarożek 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Knedle z truskawkami 350g (1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.73 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 305.30 g; Sól: 6.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.29 g; suma cukrów prostych: 108.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
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),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g, ryż brązowy 200g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, Polędwica sopočka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: kiwi 1szt., Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.76 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; Sól: 9.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 83.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, bułka wrocławska 100g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 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]: 2190.50 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 248.97 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 87.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt. (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 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]: 2044.50 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 97.62 g; Węglowodany ogółem: 192.37 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 85.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.38 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kasza manna na mleku 350g (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),	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Ryż gotowany 200g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11),

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3069.58 kcal; Białko ogółem: 123.17 g; Tłuszcz: 101.28 g; Węglowodany ogółem: 414.14 g; Sól: 12.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.44 g; suma cukrów prostych: 117.05 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g;

środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twaróg 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), pomarańcza 1 szt, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Ryż gotowany 200g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem roszonek i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.40 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 72.33 g; Węglowodany ogółem: 331.32 g; Sól: 10.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.17 g; suma cukrów prostych: 109.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

środa 2024-11-27 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),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g, ryż brązowy 200g, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90, Polędwica sopočka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą, papryką i soczewicą 100g* (8), sok warzywny 300ml 1 szt. , kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.76 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 328.21 g; Sól: 9.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 83.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.89 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pieczarkowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2936.91 kcal; Białko ogółem: 128.05 g; Tłuszcz: 89.63 g; Węglowodany ogółem: 410.89 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.29 g; suma cukrów prostych: 119.62 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	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), 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]: 2787.26 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 80.60 g; Węglowodany ogółem: 398.45 g; Sól: 7.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.30 g; suma cukrów prostych: 117.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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]: 2736.01 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 77.33 g; Węglowodany ogółem: 393.83 g; Sól: 7.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.83 g; suma cukrów prostych: 117.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

czwartek 2024-11-28 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), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 90g, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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 czarnuszki 100g, Grejfrut 1/2 szt		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2879.56 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 92.45 g; Węglowodany ogółem: 400.10 g; Sól: 9.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.86 g; suma cukrów prostych: 98.48 g; Błonnik pokarmowy: 45.30 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 100g,	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]: 2489.99 kcal; Białko ogółem: 129.88 g; Tłuszcz: 91.44 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2),	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]: 2439.69 kcal; Białko ogółem: 122.08 g; Tłuszcz: 113.36 g; Węglowodany ogółem: 244.48 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.39 g; suma cukrów prostych: 83.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pieczarkowa z makaronem 350ml (1,2,3,8), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	połudwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3168.30 kcal; Białko ogółem: 139.56 g; Tłuszcz: 101.59 g; Węglowodany ogółem: 425.51 g; Sól: 10.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.19 g; suma cukrów prostych: 130.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g;

czwartek 2024-11-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	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), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt.,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3018.66 kcal; Białko ogółem: 134.12 g; Tłuszcz: 92.56 g; Węglowodany ogółem: 413.07 g; Sól: 10.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.20 g; suma cukrów prostych: 128.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.73 g;

czwartek 2024-11-28 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), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 90g, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	połudwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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 ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt., Grejfrut 1/2 szt.,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2913.51 kcal; Białko ogółem: 132.30 g; Tłuszcz: 92.67 g; Węglowodany ogółem: 400.02 g; Sól: 9.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.90 g; suma cukrów prostych: 96.83 g; Błonnik pokarmowy: 44.41 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3140.70 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 93.80 g; Węglowodany ogółem: 455.45 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 115.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.38 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.95 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 73.70 g; Węglowodany ogółem: 403.33 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 111.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.95 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 73.70 g; Węglowodany ogółem: 403.33 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; suma cukrów prostych: 111.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
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., szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Kakao b/c 250 ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2568.49 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; Sól: 10.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.95 g; suma cukrów prostych: 87.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.75 kcal; Białko ogółem: 133.75 g; Tłuszcz: 95.23 g; Węglowodany ogółem: 216.97 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.26 g; suma cukrów prostych: 104.90 g; Błonnik pokarmowy: 16.49 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), masło 20g - 2 szt.(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2089.75 kcal; Białko ogółem: 125.95 g; Tłuszcz: 107.43 g; Węglowodany ogółem: 160.37 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.15 g; suma cukrów prostych: 103.00 g; Błonnik pokarmowy: 14.69 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3234.80 kcal; Białko ogółem: 143.70 g; Tłuszcz: 107.56 g; Węglowodany ogółem: 427.95 g; Sól: 12.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; suma cukrów prostych: 125.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;

piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.05 kcal; Białko ogółem: 131.68 g; Tłuszcz: 87.46 g; Węglowodany ogółem: 375.83 g; Sól: 10.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 121.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g;

piątek 2024-11-29 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., szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kakao bez cukru 250ml (2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata b/c 250 g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus,kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.29 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 77.10 g; Węglowodany ogółem: 354.76 g; Sól: 10.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.71 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), steak wieprzowy 90g (1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroz. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1), Sos cebulowy 100ml (1,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Salátka z rzodkiewki, roszonek, 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]: 2632.62 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 344.01 g; Sól: 8.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.19 g; suma cukrów prostych: 85.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.80 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt., Kompot z owoców mroz. 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.80 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.07 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Kasza gryczana 200 g,	masło 10g - 1 szt. (2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Salátka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), pomarańcza 1 szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.00 kcal; Białko ogółem: 126.84 g; Tłuszcz: 97.69 g; Węglowodany ogółem: 315.25 g; Sól: 9.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; suma cukrów prostych: 69.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.29 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuly z wody 120 g,	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]: 2145.21 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 80.65 g; Węglowodany ogółem: 246.03 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.10 g; suma cukrów prostych: 114.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.18 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g,	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]: 2100.01 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 86.80 g; Węglowodany ogółem: 225.40 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 113.41 g; Błonnik pokarmowy: 22.10 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1).	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, stek wieprzowy 90g (1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt., Kasza jęczmienna 200 g(1), Sos cebulowy 100ml (1,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2895.77 kcal; Białko ogółem: 109.21 g; Tłuszcz: 107.12 g; Węglowodany ogółem: 367.06 g; Sól: 11.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 95.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

sobota 2024-11-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszonek, pomidorem i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.95 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 97.10 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; Sól: 10.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.39 g; suma cukrów prostych: 101.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

sobota 2024-11-30 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), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Kasza gryczana 200 g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: Sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g(1), sok warzywny 300ml 1 szt. , pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.80 kcal; Białko ogółem: 125.22 g; Tłuszcz: 97.42 g; Węglowodany ogółem: 312.82 g; Sól: 9.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.30 g; suma cukrów prostych: 71.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-01 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, 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, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, śliwki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 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), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3038.74 kcal; Białko ogółem: 143.76 g; Tłuszcz: 113.16 g; Węglowodany ogółem: 366.17 g; Sól: 9.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.04 g; suma cukrów prostych: 92.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem - 70g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2786.19 kcal; Białko ogółem: 144.13 g; Tłuszcz: 103.68 g; Węglowodany ogółem: 320.28 g; Sól: 8.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.74 g; suma cukrów prostych: 85.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.36 g;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem - 70g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.99 kcal; Białko ogółem: 131.01 g; Tłuszcz: 80.72 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; Sól: 6.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.31 g; suma cukrów prostych: 85.39 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;

niedziela 2024-12-01 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwki 150g,	chleb razowy 90, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), poledwica wiśniowa 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: mandarynka 2 szt., 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]: 3024.24 kcal; Białko ogółem: 153.66 g; Tłuszcz: 119.56 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; Sól: 11.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, masło 10g - 1 szt. (2),	Herbata 250g, Grycikowa 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.43 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 87.37 g; Węglowodany ogółem: 208.79 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 91.06 g; Błonnik pokarmowy: 14.60 g;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2066.83 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 99.83 g; Węglowodany ogółem: 185.53 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.80 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Błonnik pokarmowy: 16.96 g;

niedziela 2024-12-01 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, 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, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, śliwki 150g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 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), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3260.74 kcal; Białko ogółem: 152.63 g; Tłuszcz: 126.52 g; Węglowodany ogółem: 377.74 g; Sól: 13.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.12 g; suma cukrów prostych: 103.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

niedziela 2024-12-01 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem - 70g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), poledwica wiśniowa 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 kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3008.19 kcal; Białko ogółem: 153.00 g; Tłuszcz: 117.04 g; Węglowodany ogółem: 331.85 g; Sól: 11.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.82 g; suma cukrów prostych: 96.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

niedziela 2024-12-01 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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Twarożek z koperkiem - 70g (2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2),	śliwki 150g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb razowy 90, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), poledwica wiśniowa 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: mandarynka 2 szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3024.24 kcal; Białko ogółem: 153.66 g; Tłuszcz: 119.56 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; Sól: 11.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 87.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g;

Dietetyk

.....