

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), ogórek zielony 50g, twaróg krajanka 40g (2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, kopytka 250g (1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2522.76 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 354.16 g; Magnez: 436.25 mg; Sód: 4355.29 mg; Wapń: 1099.93 mg; Żelazo: 12.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; Witamina C: 283.59 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1502.43 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 53.97 g; Węglowodany ogółem: 164.19 g; Magnez: 420.70 mg; Sód: 3076.93 mg; Wapń: 915.09 mg; Żelazo: 13.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; Witamina C: 329.79 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1502.43 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 53.97 g; Węglowodany ogółem: 164.19 g; Magnez: 420.70 mg; Sód: 3076.93 mg; Wapń: 915.09 mg; Żelazo: 13.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; Witamina C: 329.79 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sałatka makronowa z fasolą czerwoną i roszponką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2966.56 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 105.57 g; Węglowodany ogółem: 416.76 g; Magnez: 424.02 mg; Sód: 5056.22 mg; Wapń: 928.65 mg; Żelazo: 13.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.23 g; Błonnik pokarmowy: 39.15 g; Witamina C: 303.62 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2763.19 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 94.51 g; Węglowodany ogółem: 390.77 g; Magnez: 375.67 mg; Sód: 4106.87 mg; Wapń: 877.30 mg; Żelazo: 11.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Witamina C: 247.69 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2513.60 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Tłuszcz: 74.77 g; Węglowodany ogółem: 364.16 g; Magnez: 419.77 mg; Sód: 4125.39 mg; Wapń: 901.89 mg; Żelazo: 12.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Witamina C: 276.24 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, kopytka 250g (1,2,3), Szpinak gotowany 120g(2), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2),
Wartości odżywcze: Energia : 2423.60 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 71.02 g; Węglowodany ogółem: 356.21 g; Magnez: 402.77 mg; Sód: 4030.89 mg; Wapń: 646.89 mg; Żelazo: 12.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; Witamina C: 275.24 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka makronowa z fasolą czerwoną i roszponką 100g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza gryczana 200 g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 19627.70 kcal; Białko ogółem: 1649.66 g; Tłuszcz: 976.96 g; Węglowodany ogółem: 1123.28 g; Magnez: 577.03 mg; Sód: 5263.18 mg; Wapń: 942.82 mg; Żelazo: 13.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.97 g; Witamina C: 259.37 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), kopytka 250g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Szpinak gotowany 120g(2), mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2696.82 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 85.82 g; Węglowodany ogółem: 385.27 g; Magnez: 458.78 mg; Sód: 4963.05 mg; Wapń: 939.47 mg; Żelazo: 15.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g; Witamina C: 342.49 mg;		
poniedziałek 2023-11-20		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sałatka makaronowa z fasolą czerwoną i rozszponką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Kasza gryczana 200 g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 19627.70 kcal; Białko ogółem: 1649.66 g; Tłuszcz: 976.96 g; Węglowodany ogółem: 1123.28 g; Magnez: 577.03 mg; Sód: 5263.18 mg; Wapń: 942.82 mg; Żelazo: 13.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.97 g; Witamina C: 259.37 mg;		