

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-27		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g*	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), salata zielona z jogurtem (2) 100g, mandarynka 2 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2087.96 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 71.71 g; Węglowodany ogółem: 288.34 g; Magnez: 406.88 mg; Sód: 3693.70 mg; Wapń: 911.35 mg; Żelazo: 13.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Witamina C: 218.83 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pieczeń wołowa extra w sosie pieczeniowym 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Ser żółty 40g (2), Salátka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2685.35 kcal; Białko ogółem: 121.82 g; Tłuszcz: 82.76 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; Magnez: 424.66 mg; Sód: 3961.42 mg; Wapń: 1225.55 mg; Żelazo: 14.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Witamina C: 238.77 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Salátka z roszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2516.37 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 369.81 g; Magnez: 378.06 mg; Sód: 4645.98 mg; Wapń: 860.71 mg; Żelazo: 12.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Witamina C: 154.62 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Salátka z roszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2516.37 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 77.98 g; Węglowodany ogółem: 369.81 g; Magnez: 378.06 mg; Sód: 4645.98 mg; Wapń: 860.71 mg; Żelazo: 12.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Witamina C: 154.62 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-28		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH 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), twaróg krajanka 40g (2), Połudwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą,pomidorem i fasolą białą 100g*,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 40g (2), Salátka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2465.28 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 324.96 g; Magnez: 504.15 mg; Sód: 4864.24 mg; Wapń: 1240.23 mg; Żelazo: 17.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Witamina C: 279.89 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1953.33 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 65.70 g; Węglowodany ogółem: 252.68 g; Magnez: 324.91 mg; Sód: 3315.74 mg; Wapń: 876.22 mg; Żelazo: 10.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g; Witamina C: 92.54 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), marchew gotowana 120g (1,2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1659.33 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 61.30 g; Węglowodany ogółem: 196.08 g; Magnez: 306.91 mg; Sód: 2913.74 mg; Wapń: 861.22 mg; Żelazo: 9.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.94 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Witamina C: 92.54 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Połudwica sopocka 40g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: Salátka makaronowa z salátą,pomidorem i fasolą białą 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Pieczeń wołowa extra w sosie pieczeniowym 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Ser żółty 40g (2), Salátka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2954.27 kcal; Białko ogółem: 132.72 g; Tłuszcz: 94.24 g; Węglowodany ogółem: 438.43 g; Magnez: 514.31 mg; Sód: 4804.07 mg; Wapń: 1311.80 mg; Żelazo: 18.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.19 g; Błonnik pokarmowy: 44.89 g; Witamina C: 305.62 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-11-28		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Połędwica sopocka 40g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Pomidor 50g, II Śniadanie: Salatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Salatka z rozponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2699.59 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 390.92 g; Magnez: 417.07 mg; Sód: 5483.64 mg; Wapń: 898.29 mg; Żelazo: 14.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.57 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g; Witamina C: 220.87 mg;		
wtorek 2023-11-28		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH 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), twaróg krajanka 40g (2), Połędwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: Salatka makaronowa z sałatą, pomidorem i fasolą białą 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 40g (2), Salatka z papryki, rozponki z nasionami i słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2465.28 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 94.56 g; Węglowodany ogółem: 324.96 g; Magnez: 504.15 mg; Sód: 4864.24 mg; Wapń: 1240.23 mg; Żelazo: 17.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Witamina C: 279.89 mg;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Masło 10g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), papryka świeża 50g., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 90g* (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, kiwi 1szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta jajeczna ze szczypior. 60g(3,13,11), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Salatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2939.29 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 112.28 g; Węglowodany ogółem: 404.08 g; Magnez: 444.12 mg; Sód: 4569.49 mg; Wapń: 1278.20 mg; Żelazo: 14.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Witamina C: 275.24 mg;		
środa 2023-11-29		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Salatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2608.82 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 408.22 g; Magnez: 517.17 mg; Sód: 4820.49 mg; Wapń: 1275.36 mg; Żelazo: 15.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; Witamina C: 234.24 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-29		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2608.82 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 72.52 g; Węglowodany ogółem: 408.22 g; Magnez: 517.17 mg; Sód: 4820.49 mg; Wapń: 1275.36 mg; Żelazo: 15.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g; Witamina C: 234.24 mg;		
środa 2023-11-29		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), papryka świeża 50g., II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kiwi 1szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2082.53 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 82.46 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; Magnez: 446.38 mg; Sód: 4954.27 mg; Wapń: 924.12 mg; Żelazo: 15.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Witamina C: 313.25 mg;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1827.62 kcal; Białko ogółem: 114.92 g; Tłuszcz: 61.98 g; Węglowodany ogółem: 222.44 g; Magnez: 322.93 mg; Sód: 3854.75 mg; Wapń: 939.93 mg; Żelazo: 10.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; Witamina C: 123.62 mg;		
środa 2023-11-29		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1667.62 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węglowodany ogółem: 194.84 g; Magnez: 315.73 mg; Sód: 3693.95 mg; Wapń: 933.93 mg; Żelazo: 10.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Witamina C: 123.62 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-29		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
<p>Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Masło 10g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), papryka świeża 50g., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 90g* (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, kiwi 1szt.,</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 3125.42 kcal; Białko ogółem: 119.40 g; Tłuszcz: 124.88 g; Węglowodany ogółem: 418.00 g; Magnez: 485.87 mg; Sód: 5507.75 mg; Wapń: 1311.65 mg; Żelazo: 16.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; Witamina C: 341.19 mg;</p>		
środa 2023-11-29		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
<p>Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 100g (2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt.,</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2794.94 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 422.15 g; Magnez: 558.92 mg; Sód: 5758.74 mg; Wapń: 1308.81 mg; Żelazo: 17.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Witamina C: 300.19 mg;</p>		
środa 2023-11-29		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
<p>kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), papryka świeża 50g., II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,</p>	<p>Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kiwi 1szt.,</p>	<p>Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2082.53 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 82.46 g; Węglowodany ogółem: 266.86 g; Magnez: 446.38 mg; Sód: 4954.27 mg; Wapń: 924.12 mg; Żelazo: 15.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g; Witamina C: 313.25 mg;</p>		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
<p>Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , Kalafor oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt.,</p>	<p>Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Masło 10g (2), Sałatka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2590.22 kcal; Białko ogółem: 138.84 g; Tłuszcz: 80.29 g; Węglowodany ogółem: 359.19 g; Magnez: 433.79 mg; Sód: 5401.16 mg; Wapń: 1188.66 mg; Żelazo: 12.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; Witamina C: 185.91 mg;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-30		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.38 kcal; Białko ogółem: 133.04 g; Tłuszcz: 78.00 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Magnez: 409.22 mg; Sód: 5052.34 mg; Wapń: 930.01 mg; Żelazo: 11.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Witamina C: 180.24 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2473.38 kcal; Białko ogółem: 133.04 g; Tłuszcz: 78.00 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Magnez: 409.22 mg; Sód: 5052.34 mg; Wapń: 930.01 mg; Żelazo: 11.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Witamina C: 180.24 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2213.66 kcal; Białko ogółem: 134.11 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 249.85 g; Magnez: 439.55 mg; Sód: 5663.49 mg; Wapń: 1098.11 mg; Żelazo: 12.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Witamina C: 213.07 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bulka wrocławska 100g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1644.75 kcal; Białko ogółem: 111.63 g; Tłuszcz: 61.17 g; Węglowodany ogółem: 181.53 g; Magnez: 286.41 mg; Sód: 4391.71 mg; Wapń: 578.80 mg; Żelazo: 9.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.84 g; Błonnik pokarmowy: 15.73 g; Witamina C: 127.69 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-11-30		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1311.05 kcal; Bialko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 126.16 g; Magnez: 271.81 mg; Sód: 3602.96 mg; Wapń: 577.31 mg; Żelazo: 9.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.19 g; Błonnik pokarmowy: 14.79 g; Witamina C: 131.70 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (1,13,8), ziemniaki 250g(2) , Kalafior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Masło 10g (2), Salátka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2798.34 kcal; Bialko ogółem: 149.22 g; Tłuszcz: 91.49 g; Węglowodany ogółem: 380.23 g; Magnez: 484.64 mg; Sód: 6255.31 mg; Wapń: 1230.61 mg; Żelazo: 14.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g; Witamina C: 256.34 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, II Śniadanie: Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2681.50 kcal; Bialko ogółem: 143.42 g; Tłuszcz: 89.20 g; Węglowodany ogółem: 360.35 g; Magnez: 460.07 mg; Sód: 5906.49 mg; Wapń: 971.96 mg; Żelazo: 13.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Witamina C: 250.67 mg;		
czwartek 2023-11-30		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2213.66 kcal; Bialko ogółem: 134.11 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 249.85 g; Magnez: 439.55 mg; Sód: 5663.49 mg; Wapń: 1098.11 mg; Żelazo: 12.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Witamina C: 213.07 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-01		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), miód 2szt. (50g), Kasza manna na mleku 350 g, serek homo waniliowy 60g, rzodkiewka 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Kapuśniak 400ml (1,2,8,11), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z pora i jabłka 150g*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3141.53 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 99.04 g; Węglowodany ogółem: 492.68 g; Magnez: 532.74 mg; Sód: 5218.47 mg; Wapń: 1466.85 mg; Żelazo: 16.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.84 g; Witamina C: 361.80 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza manna na mleku 350 g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sos koperkowy 100g (1,2), filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, salátka z selera z jabłkiem 150g, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2781.45 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 448.44 g; Magnez: 488.82 mg; Sód: 4281.11 mg; Wapń: 1317.13 mg; Żelazo: 13.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Witamina C: 225.03 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza manna na mleku 350 g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sos koperkowy 100g (1,2), filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, salátka z selera z jabłkiem 150g, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2781.45 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 80.67 g; Węglowodany ogółem: 448.44 g; Magnez: 488.82 mg; Sód: 4281.11 mg; Wapń: 1317.13 mg; Żelazo: 13.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g; Witamina C: 225.03 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
Kakao b/c 250 ml, chleb razowy 90g(1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog. nat. 60g.(2), schab na kartki 40g, Kasza manna na mleku 350 g, rzodkiewka 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sos koperkowy 100g (1,2), filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z pora i jabłka 150g*, pomarańcza 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2642.43 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 90.92 g; Węglowodany ogółem: 380.89 g; Magnez: 591.31 mg; Sód: 5964.54 mg; Wapń: 1356.56 mg; Żelazo: 17.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.94 g; Błonnik pokarmowy: 44.46 g; Witamina C: 381.70 mg;		

Jadlospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2023-12-01		
Dieta: PAPKOWATA 12		
kakao 250ml(1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuly z wody 120 g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2202.51 kcal; Bialko ogółem: 116.84 g; Tłuszcz: 68.75 g; Węglowodany ogółem: 317.91 g; Magnez: 489.14 mg; Sód: 3466.30 mg; Wapń: 1291.69 mg; Żelazo: 13.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g; Witamina C: 310.52 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14		
kakao 250ml(1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), brokuly z wody 120 g, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1752.91 kcal; Bialko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 73.31 g; Węglowodany ogółem: 172.21 g; Magnez: 365.84 mg; Sód: 2990.60 mg; Wapń: 1247.00 mg; Żelazo: 10.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Witamina C: 220.72 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, Kasza manna na mleku 350 g, serek homo waniliowy 60g, rzodkiewka 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Kapuśniak 400ml (1,2,8,11), filet z morszczuka smaź.100g(1,3,4,13,8), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z pora i jabłka 150g*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3247.33 kcal; Bialko ogółem: 125.42 g; Tłuszcz: 112.40 g; Węglowodany ogółem: 478.04 g; Magnez: 566.44 mg; Sód: 6514.88 mg; Wapń: 1500.19 mg; Żelazo: 17.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.73 g; Witamina C: 432.59 mg;		
piątek 2023-12-01		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza manna na mleku 350 g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sos koperkowy 100g (1,2), filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, salátka z selera z jabłkiem 150g, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2887.25 kcal; Bialko ogółem: 118.27 g; Tłuszcz: 94.03 g; Węglowodany ogółem: 433.80 g; Magnez: 522.52 mg; Sód: 5577.52 mg; Wapń: 1350.47 mg; Żelazo: 13.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; Witamina C: 295.82 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2023-12-01		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
Kakao b/c 250 ml, chleb razowy 90g(1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog. nat. 60g.(2), schab na kartki 40g, Kasza manna na mleku 350 g, rzodkiewka 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Sos koperkowy 100g (1,2), filet z morszczuka parowany 100g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z pora i jabłka 150g*, pomarańcza 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2679.63 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 389.33 g; Magnez: 595.66 mg; Sód: 6023.19 mg; Wapń: 1359.11 mg; Żelazo: 17.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.09 g; Witamina C: 381.70 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Herbata 250g, Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Polędwica sopocka 40g (8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ogórek zielony 50g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z marchwi z anansem 120g, Banan 1 szt,	Herbata 250g, Masło 10g (2), schab na kartki 40g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2746.88 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 73.54 g; Węglowodany ogółem: 457.99 g; Magnez: 420.68 mg; Sód: 3126.34 mg; Wapń: 906.65 mg; Żelazo: 15.20 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g; Witamina C: 131.90 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata 250g, Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryż z jabłkami sł 300g, Banan 1 szt, brokuly z wody 150g,	Herbata 250g, Masło 10g (2), schab na kartki 40g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2352.20 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 63.97 g; Węglowodany ogółem: 393.84 g; Magnez: 348.18 mg; Sód: 3170.02 mg; Wapń: 863.85 mg; Żelazo: 9.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Witamina C: 200.90 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Herbata 250g, Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryż z jabłkami sł 300g, Banan 1 szt, brokuly z wody 150g,	Herbata 250g, Masło 10g (2), schab na kartki 40g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2352.20 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 63.97 g; Węglowodany ogółem: 393.84 g; Magnez: 348.18 mg; Sód: 3170.02 mg; Wapń: 863.85 mg; Żelazo: 9.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.67 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Witamina C: 200.90 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-02		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Polędwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, gulasz drobiowy 120g*(1,13), brokuly z wody 120 g, gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2323.97 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 332.45 g; Magnez: 534.40 mg; Sód: 5527.28 mg; Wapń: 909.45 mg; Żelazo: 17.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.38 g; Witamina C: 224.24 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*, bułka wroclawska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2047.42 kcal; Białko ogółem: 128.12 g; Tłuszcz: 61.55 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; Magnez: 449.21 mg; Sód: 3263.16 mg; Wapń: 948.58 mg; Żelazo: 14.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Witamina C: 196.57 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), marchew gotowana 120g (1,2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 1346.12 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 48.23 g; Węglowodany ogółem: 166.47 g; Magnez: 318.56 mg; Sód: 2512.61 mg; Wapń: 897.43 mg; Żelazo: 10.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g; Witamina C: 151.67 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Polędwica sopocka 40g (8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ogórek zielony 50g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną,rukolą i soczewicą 100g*	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z marchwi z anansem 120g, Banan 1 szt,	Herbata 250g, Masło 10g (2), schab na kartki 40g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3114.95 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 90.01 g; Węglowodany ogółem: 500.46 g; Magnez: 524.90 mg; Sód: 4063.48 mg; Wapń: 1230.63 mg; Żelazo: 19.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.13 g; Błonnik pokarmowy: 44.62 g; Witamina C: 192.15 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2023-12-02		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Połudwica sopocka 40g (8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryż z jabłkami sl 300g, brokuly z wody 150g, Banan 1 szt,	Herbata 250g, Masło 10g (2), schab na kartki 40g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2628.13 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 80.13 g; Węglowodany ogółem: 413.06 g; Magnez: 425.66 mg; Sód: 4151.18 mg; Wapń: 1204.05 mg; Żelazo: 12.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; Witamina C: 259.78 mg;		
sobota 2023-12-02		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Połudwica sopocka 40g (8), ogórek zielony 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, gulasz drobiowy 120g*(1,13), brokuly z wody 120 g, gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2323.97 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 332.45 g; Magnez: 534.40 mg; Sód: 5527.28 mg; Wapń: 909.45 mg; Żelazo: 17.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.38 g; Witamina C: 224.24 mg;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Ser żółty 40g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), papryka świeża 50g., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka panier.90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , salátka z buraków 150g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2832.40 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 99.29 g; Węglowodany ogółem: 402.61 g; Magnez: 454.69 mg; Sód: 5211.63 mg; Wapń: 1234.44 mg; Żelazo: 15.00 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.30 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; Witamina C: 317.51 mg;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), twarożek 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2558.53 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 79.84 g; Węglowodany ogółem: 369.97 g; Magnez: 430.63 mg; Sód: 4941.34 mg; Wapń: 958.54 mg; Żelazo: 13.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Witamina C: 256.42 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twarożek 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2418.93 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 64.38 g; Węglowodany ogółem: 370.31 g; Magnez: 418.63 mg; Sód: 4708.90 mg; Wapń: 951.34 mg; Żelazo: 12.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; Witamina C: 256.42 mg;</p>		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), twarożek 60g (2), papryka świeża 50g., II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z kalafiejem, jajkiem, sałatą 100g*,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2334.88 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 91.33 g; Węglowodany ogółem: 295.01 g; Magnez: 481.75 mg; Sód: 5641.98 mg; Wapń: 947.54 mg; Żelazo: 16.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.29 g; Witamina C: 349.42 mg;</p>		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: PĄPKOWATA 12		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 1780.50 kcal; Białko ogółem: 118.95 g; Tłuszcz: 65.57 g; Węglowodany ogółem: 192.47 g; Magnez: 295.79 mg; Sód: 3487.70 mg; Wapń: 1142.27 mg; Żelazo: 9.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.68 g; Błonnik pokarmowy: 13.87 g; Witamina C: 187.55 mg;</p>		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grycikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), brokuły z wody 120 g, Posiłek nocny: Woda mineralna 250ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 1620.50 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 62.77 g; Węglowodany ogółem: 164.87 g; Magnez: 288.59 mg; Sód: 3326.90 mg; Wapń: 1136.27 mg; Żelazo: 8.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.24 g; Błonnik pokarmowy: 12.43 g; Witamina C: 187.55 mg;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-03		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Ser żółty 40g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), papryka świeża 50g., kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, sałatą 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka panier.90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 250ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 3080.97 kcal; Białko ogółem: 124.31 g; Tłuszcz: 112.87 g; Węglowodany ogółem: 431.36 g; Magnez: 499.24 mg; Sód: 6082.33 mg; Wapń: 1294.09 mg; Żelazo: 18.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; Witamina C: 374.56 mg;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), twarożek 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 150g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 250ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2745.00 kcal; Białko ogółem: 123.67 g; Tłuszcz: 90.96 g; Węglowodany ogółem: 391.97 g; Magnez: 470.84 mg; Sód: 5778.70 mg; Wapń: 994.47 mg; Żelazo: 15.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Błonnik pokarmowy: 36.02 g; Witamina C: 333.62 mg;		
niedziela 2023-12-03		
Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb razowy 90g(1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), twarożek 60g (2), papryka świeża 50g., II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, sałatą 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 150g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), grejfrut 1 szt,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g*, Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 250ml*,
Wartości odżywcze: Energia : 2577.98 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 93.20 g; Węglowodany ogółem: 348.58 g; Magnez: 549.95 mg; Sód: 6119.38 mg; Wapń: 971.74 mg; Żelazo: 18.80 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.67 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; Witamina C: 349.42 mg;		