

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-11-23		
Dieta: PODSTAWOWA 1		
Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta z sera topionego i wędliny 60g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rozszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2621.27 kcal; Białko ogółem: 115.73 g; Tłuszcz: 83.69 g; Węglowodany ogółem: 384.48 g; Magnez: 453.53 mg; Sód: 4792.99 mg; Wapń: 1094.86 mg; Żelazo: 12.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Witamina C: 186.14 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: ŁATWO STRAWNA 2		
Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	sos marchewkowy 100g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , salátka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rozszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2630.63 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 410.11 g; Magnez: 496.17 mg; Sód: 4319.52 mg; Wapń: 1029.92 mg; Żelazo: 11.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Witamina C: 187.87 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3		
Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	sos marchewkowy 100g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , salátka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rozszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2630.63 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 410.11 g; Magnez: 496.17 mg; Sód: 4319.52 mg; Wapń: 1029.92 mg; Żelazo: 11.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.94 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Witamina C: 187.87 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSAJALNYCH 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), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, sos marchewkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rozszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
Wartości odżywcze: Energia : 2216.63 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; Magnez: 484.87 mg; Sód: 4831.86 mg; Wapń: 967.14 mg; Żelazo: 13.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g; Witamina C: 228.98 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2023-11-23		
Dieta: PAKOWATA 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1510.25 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 51.56 g; Węglowodany ogółem: 181.64 g; Magnez: 318.26 mg; Sód: 2313.82 mg; Wapń: 851.05 mg; Żelazo: 8.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.04 g; Błonnik pokarmowy: 17.38 g; Witamina C: 244.72 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 1635.60 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 64.61 g; Węglowodany ogółem: 180.08 g; Magnez: 330.21 mg; Sód: 2385.12 mg; Wapń: 899.10 mg; Żelazo: 10.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.52 g; Błonnik pokarmowy: 17.30 g; Witamina C: 244.72 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1		
Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta z sera topionego i wędliny 60g, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2804.49 kcal; Białko ogółem: 120.28 g; Tłuszcz: 94.73 g; Węglowodany ogółem: 405.59 g; Magnez: 492.54 mg; Sód: 5630.65 mg; Wapń: 1132.45 mg; Żelazo: 14.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; Witamina C: 252.39 mg;		
czwartek 2023-11-23		
Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2		
Kasza kukurydziana na ml. 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, II Śniadanie: Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, sos marchewkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2813.85 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 85.28 g; Węglowodany ogółem: 431.23 g; Magnez: 535.18 mg; Sód: 5157.18 mg; Wapń: 1067.51 mg; Żelazo: 14.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.29 g; Witamina C: 254.12 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-11-23		
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), rzodkiewka 50g, serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z sałatą, pomidorem i jajkiem 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , surówka z kap. pekińskiej 120g, sos marchewkowy 100g (1,2), śliwki 150g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g*, Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,
Wartości odżywcze: Energia : 2216.63 kcal; Białko ogółem: 114.83 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 303.08 g; Magnez: 484.87 mg; Sód: 4831.86 mg; Wapń: 967.14 mg; Żelazo: 13.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g; Witamina C: 228.98 mg;		