

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-27</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA 1</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rzodkiewka 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), makaron 200g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, sos spaghetti 80g z serem żółtym 20g(1,13), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, mandarynka 2 szt.,	kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2636.54 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 91.81 g; Węglowodany ogółem: 382.52 g; Magnez: 416.27 mg; Sód: 5607.64 mg; Wapń: 1327.29 mg; Żelazo: 12.80 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g; Witamina C: 212.36 mg;		
<b>poniedziałek 2023-11-27</b>		
<b>Dieta: ŁATWO STRAWNA 2</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.13 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; Magnez: 385.67 mg; Sód: 3234.93 mg; Wapń: 1215.88 mg; Żelazo: 11.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Witamina C: 169.16 mg;		
<b>poniedziałek 2023-11-27</b>		
<b>Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), sałata zielona z jogurtem (2) 100g, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.13 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 74.64 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; Magnez: 385.67 mg; Sód: 3234.93 mg; Wapń: 1215.88 mg; Żelazo: 11.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g; Witamina C: 169.16 mg;		
<b>poniedziałek 2023-11-27</b>		
<b>Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6</b>		
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), <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka 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), sałata 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), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		



### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-27</b>		
<b>Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3</b>		
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), <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka 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), sałata 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), Sałatka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		