

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
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), Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z buraków 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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2947.37 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 97.70 g; Węglowodany ogółem: 431.72 g; Magnez: 473.51 mg; Sód: 4764.69 mg; Wapń: 1307.68 mg; Żelazo: 14.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.69 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Witamina C: 255.11 mg;</p>		
poniedziałek 2023-12-18		
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, Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2840.30 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 98.96 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; Magnez: 454.30 mg; Sód: 5251.39 mg; Wapń: 1278.23 mg; Żelazo: 12.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Witamina C: 262.25 mg;</p>		
poniedziałek 2023-12-18		
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, Kasza manna na mleku 350 g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2840.30 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 98.96 g; Węglowodany ogółem: 398.50 g; Magnez: 454.30 mg; Sód: 5251.39 mg; Wapń: 1278.23 mg; Żelazo: 12.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Witamina C: 262.25 mg;</p>		
poniedziałek 2023-12-18		
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), 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), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
<p>Wartości odżywcze: Energia : 2475.27 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; Magnez: 474.53 mg; Sód: 5248.35 mg; Wapń: 924.63 mg; Żelazo: 15.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Witamina C: 283.03 mg;</p>		

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

poniedziałek 2023-12-18

Dieta: PĄPKOWATA 12

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,

Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Posiłek nocny:
mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Energia : 1887.29 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 232.41 g; Magnez: 403.16 mg; Sód: 3775.98 mg; Wapń: 1280.77 mg; Żelazo: 14.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Witamina C: 222.57 mg;

poniedziałek 2023-12-18

Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,

Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2),
Posiłek nocny:
mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Energia : 1887.29 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 63.84 g; Węglowodany ogółem: 232.41 g; Magnez: 403.16 mg; Sód: 3775.98 mg; Wapń: 1280.77 mg; Żelazo: 14.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Witamina C: 222.57 mg;

poniedziałek 2023-12-18

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), Kasza manna na mleku 350 g,
II Śniadanie:
salatka makronowa z fasolą czerwoną i roszponką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotle schabowy 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, салатка z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
Posiłek nocny:
mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Energia : 3150.74 kcal; Białko ogółem: 126.63 g; Tłuszcz: 108.76 g; Węglowodany ogółem: 457.71 g; Magnez: 521.86 mg; Sód: 5714.04 mg; Wapń: 1359.03 mg; Żelazo: 16.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Błonnik pokarmowy: 42.68 g; Witamina C: 311.04 mg;

poniedziałek 2023-12-18

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, Kasza manna na mleku 350 g,
II Śniadanie:
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka makaronowa z salata, pomidorem i jajkiem 100g*,

Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
Posiłek nocny:
mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Energia : 3023.52 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 110.01 g; Węglowodany ogółem: 419.61 g; Magnez: 493.31 mg; Sód: 6089.05 mg; Wapń: 1315.81 mg; Żelazo: 15.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.09 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Witamina C: 328.50 mg;

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

poniedziałek 2023-12-18

**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 makronowa z fasolą czerwoną i roszponką 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),

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 rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,
Posilek nocny:
mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Energia : 2475.27 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; Magnez: 474.53 mg; Sód: 5248.35 mg; Wapń: 924.63 mg; Żelazo: 15.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; Błonnik pokarmowy: 37.94 g; Witamina C: 283.03 mg;