

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
|--|---|--|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., brokuły z wody 120 g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2844.48 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany ogółem: 421.48 g; Sól: 371.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3164.72 g; Błonnik pokarmowy: 1159.61 g; suma cukrów prostych: 11.72 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
|--|---|--|
| Ryż na mleku 350 ml*(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), serek wiejski 60g (2), pomidor 100g, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.53 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 77.92 g; Węglowodany ogółem: 428.23 g; Sól: 399.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2422.12 g; Błonnik pokarmowy: 1107.06 g; suma cukrów prostych: 10.73 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
|---|---|--|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), pomidor 100g, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.53 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz: 78.00 g; Węglowodany ogółem: 428.27 g; Sól: 399.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2422.12 g; Błonnik pokarmowy: 1107.06 g; suma cukrów prostych: 10.73 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. 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), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszy jęczmiennej, roszponki i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.51 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 81.89 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; Sól: 364.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2944.64 g; Błonnik pokarmowy: 852.73 g; suma cukrów prostych: 11.42 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
|---|--|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1), | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g | Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1988.19 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 242.90 g; Sól: 339.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1045.88 g; Błonnik pokarmowy: 1098.24 g; suma cukrów prostych: 10.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|---|--|--|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brokuły z wody 120 g, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1807.94 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 212.05 g; Sól: 339.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 890.63 g; Błonnik pokarmowy: 1099.94 g; suma cukrów prostych: 10.38 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|--|---|--|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz. i mięsem.300g*(1,3,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszy jęczmiennej,roszponki i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3014.80 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 102.27 g; Węglowodany ogółem: 433.61 g; Sól: 412.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4012.47 g; Błonnik pokarmowy: 1187.66 g; suma cukrów prostych: 13.53 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|--|--|--|
| Ryż na mleku 350 ml*(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), serek wiejski 60g (2), pomidor 100g, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt., | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2941.65 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 90.52 g; Węglowodany ogółem: 442.16 g; Sól: 440.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3166.12 g; Błonnik pokarmowy: 1140.36 g; suma cukrów prostych: 12.91 g;

| poniedziałek 2024-01-29 Jadłospis dla diety: 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), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, | Krupnik 350ml(1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, brokuły z wody 120 g, gruszka 1 szt., | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszy jęczmiennej,roszponki i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.51 kcal; Białko ogółem: 103.07 g; Tłuszcz: 81.89 g; Węglowodany ogółem: 316.23 g; Sól: 364.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2944.64 g; Błonnik pokarmowy: 852.73 g; suma cukrów prostych: 11.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka panier.90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.13 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 95.36 g; Węglowodany ogółem: 397.31 g; Sól: 419.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3258.54 g; Błonnik pokarmowy: 1221.13 g; suma cukrów prostych: 14.39 g; | | |
| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 385.93 g; Sól: 449.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2763.72 g; Błonnik pokarmowy: 1000.26 g; suma cukrów prostych: 15.59 g; | | |
| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g, twaróg krajanka 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2518.03 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 385.93 g; Sól: 449.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2763.72 g; Błonnik pokarmowy: 1000.26 g; suma cukrów prostych: 15.59 g; | | |
| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych 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, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.51 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 93.66 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; Sól: 456.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3893.52 g; Błonnik pokarmowy: 1225.08 g; suma cukrów prostych: 16.43 g; | | |
| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*, bułka wrocławska 100g (1), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.22 kcal; Białko ogółem: 119.45 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 251.81 g; Sól: 341.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2337.49 g; Błonnik pokarmowy: 943.96 g; suma cukrów prostych: 13.49 g;

| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|--|---|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1643.22 kcal; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 58.69 g; Węglowodany ogółem: 195.21 g; Sól: 323.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1935.49 g; Błonnik pokarmowy: 928.96 g; suma cukrów prostych: 12.39 g;

| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|--|--|---|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka panier.90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3005.51 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 109.16 g; Węglowodany ogółem: 429.18 g; Sól: 477.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4140.65 g; Błonnik pokarmowy: 1305.18 g; suma cukrów prostych: 18.40 g;

| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|---|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt., | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalafiolem, jajkiem, szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2767.00 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 85.29 g; Węglowodany ogółem: 414.70 g; Sól: 502.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3638.82 g; Błonnik pokarmowy: 1073.71 g; suma cukrów prostych: 19.22 g;

| wtorek 2024-01-30 Jadłospis dla diety: 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, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiolem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.51 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 93.66 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; Sól: 456.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3893.52 g; Błonnik pokarmowy: 1225.08 g; suma cukrów prostych: 16.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., ryż z jabłkami sł 300g, surówka z marchwi z ananasem 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2787.40 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 83.44 g; Węglowodany ogółem: 443.54 g; Sól: 439.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3243.49 g; Błonnik pokarmowy: 1163.66 g; suma cukrów prostych: 13.69 g;

| | | |
|--|--|---|
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ryż z jabłkami sł 300g, mandarynka 2 szt., bukiet warzyw królewski 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.18 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 383.18 g; Sól: 313.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1913.66 g; Błonnik pokarmowy: 1101.71 g; suma cukrów prostych: 9.31 g;

| | | |
|--|--|---|
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, | Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), ryż z jabłkami sł 300g, Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., bukiet | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.09 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 82.41 g; Węglowodany ogółem: 396.81 g; Sól: 341.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2062.87 g; Błonnik pokarmowy: 1113.32 g; suma cukrów prostych: 10.43 g;

| | | |
|--|--|--|
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6 | | |
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), serek homog. nat. 60g.(2), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), mandarynka | 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), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g*, | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.62 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 307.01 g; Sól: 439.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2303.60 g; Błonnik pokarmowy: 629.64 g; suma cukrów prostych: 14.40 g;

| | | |
|--|--|---|
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
| Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), bukiet warzyw królewski 120g, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1770.45 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 215.66 g; Sól: 306.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1037.22 g; Błonnik pokarmowy: 1153.25 g; suma cukrów prostych: 9.35 g;

| | | |
|---|--|--|
| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|---|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, | Mięso mielone drobiowe 90g*, Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1610.45 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 188.06 g; Sól: 298.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 876.42 g; Błonnik pokarmowy: 1147.25 g; suma cukrów prostych: 8.91 g;

| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|---|---|--|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., surówka z marchwi z ananasem 120g, ziemniaki | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g*, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3138.38 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 99.19 g; Węglowodany ogółem: 478.43 g; Sól: 606.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4049.46 g; Błonnik pokarmowy: 1237.67 g; suma cukrów prostych: 19.53 g;

| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|--|---|---|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), mandarynka 2 szt., bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g*, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.66 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 395.69 g; Sól: 441.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2723.23 g; Błonnik pokarmowy: 1164.16 g; suma cukrów prostych: 13.39 g;

| środa 2024-01-31 Jadłospis dla diety: 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), serek homog. nat. 60g.(2), | Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , mandarynka 2 szt., bukiet warzyw | 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), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g*, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.62 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 307.01 g; Sól: 439.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2303.60 g; Błonnik pokarmowy: 629.64 g; suma cukrów prostych: 14.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |

| czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatką 90g w sosie własnym, sałatka z buraków 120g (3,11,13), kasza gryczana 200g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.79 kcal; Białko ogółem: 120.24 g; Tłuszcz: 95.56 g; Węglowodany ogółem: 386.47 g; Sól: 523.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2929.62 g; Błonnik pokarmowy: 995.82 g; suma cukrów prostych: 15.14 g;

| czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: 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), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sos brokułowy 100ml(1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.36 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 96.09 g; Węglowodany ogółem: 413.39 g; Sól: 449.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2426.70 g; Błonnik pokarmowy: 1043.98 g; suma cukrów prostych: 15.03 g;

| czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: 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), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kasza jęczmienna 200 g, sos brokułowy 100ml(1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2872.36 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 96.09 g; Węglowodany ogółem: 413.39 g; Sól: 449.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2426.70 g; Błonnik pokarmowy: 1043.98 g; suma cukrów prostych: 15.03 g;

| czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. 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), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, kasza gryczana 200g(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sos | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.67 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; Sól: 575.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2648.73 g; Błonnik pokarmowy: 1019.40 g; suma cukrów prostych: 18.61 g;

| czwartek 2024-02-01 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
|--|--|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1), | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, 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*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1800.25 kcal; Białko ogółem: 108.33 g; Tłuszcz: 59.40 g; Węglowodany ogółem: 235.55 g; Sól: 358.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1645.03 g; Błonnik pokarmowy: 951.24 g; suma cukrów prostych: 12.65 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2024-02-01 | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, | Szpinakowa z ziemniakami 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*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1506.25 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 55.00 g; Węglowodany ogółem: 178.95 g; Sól: 340.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1243.03 g; Błonnik pokarmowy: 936.24 g; suma cukrów prostych: 11.55 g;

| czwartek 2024-02-01 | | Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2998.11 kcal; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 106.38 g; Węglowodany ogółem: 417.57 g; Sól: 584.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3610.42 g; Błonnik pokarmowy: 1088.42 g; suma cukrów prostych: 19.11 g;

| czwartek 2024-02-01 | | Jadłospis dla diety: 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), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sos brokułowy 100ml(1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3133.33 kcal; Białko ogółem: 129.41 g; Tłuszcz: 109.91 g; Węglowodany ogółem: 444.51 g; Sól: 510.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3110.55 g; Błonnik pokarmowy: 1136.78 g; suma cukrów prostych: 19.01 g;

| czwartek 2024-02-01 | | Jadłospis dla diety: 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), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, | Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, kasza gryczana 200g(2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, sos | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2563.67 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 311.27 g; Sól: 575.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2648.73 g; Błonnik pokarmowy: 1019.40 g; suma cukrów prostych: 18.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroz. 250g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2989.01 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 457.20 g; Sól: 408.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2501.80 g; Błonnik pokarmowy: 981.78 g; suma cukrów prostych: 13.90 g;

| | | |
|--|---|---|
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2680.14 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 417.56 g; Sól: 371.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2178.72 g; Błonnik pokarmowy: 925.75 g; suma cukrów prostych: 11.62 g;

| | | |
|--|--|---|
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2680.14 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 76.22 g; Węglowodany ogółem: 417.56 g; Sól: 371.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2178.72 g; Błonnik pokarmowy: 925.75 g; suma cukrów prostych: 11.62 g;

| | | |
|---|--|---|
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6 | | |
| chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z roszonek, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszonek i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2101.02 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 72.45 g; Węglowodany ogółem: 291.57 g; Sól: 390.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2617.37 g; Błonnik pokarmowy: 559.48 g; suma cukrów prostych: 13.86 g;

| | | |
|--|---|---|
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Sucharki 40g (1), | Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), brokuły z | Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1754.18 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; Sól: 306.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 840.89 g; Błonnik pokarmowy: 890.03 g; suma cukrów prostych: 9.00 g;

| | | |
|--|--|--|
| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*, brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1594.18 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 51.23 g; Węglowodany ogółem: 189.74 g; Sól: 299.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 680.09 g; Błonnik pokarmowy: 884.03 g; suma cukrów prostych: 8.56 g;

| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|--|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połędwica sopocka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z rozszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3144.03 kcal; Białko ogółem: 132.44 g; Tłuszcz: 105.77 g; Węglowodany ogółem: 452.49 g; Sól: 449.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3812.83 g; Błonnik pokarmowy: 1013.53 g; suma cukrów prostych: 16.07 g;

| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|---|---|---|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Połędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z rozszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2835.17 kcal; Białko ogółem: 122.02 g; Tłuszcz: 90.84 g; Węglowodany ogółem: 412.84 g; Sól: 412.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3489.76 g; Błonnik pokarmowy: 957.50 g; suma cukrów prostych: 13.79 g;

| piątek 2024-02-02 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3 | | |
|---|--|---|
| chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), twaróg krajanka 40g (2), Połędwica sopocka 40g (8), | pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców | Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z rozszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2099.62 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 72.41 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; Sól: 393.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2812.42 g; Błonnik pokarmowy: 564.43 g; suma cukrów prostych: 14.01 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
| Herbata 250g, Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , | Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2684.60 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 408.87 g; Sól: 431.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3077.08 g; Błonnik pokarmowy: 909.44 g; suma cukrów prostych: 23.38 g;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
| Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , | Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.08 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; Sól: 411.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3017.03 g; Błonnik pokarmowy: 883.60 g; suma cukrów prostych: 22.87 g;

| | | |
|---|--|---|
| sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
| Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , | Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.08 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; Sól: 411.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3017.03 g; Błonnik pokarmowy: 883.60 g; suma cukrów prostych: 22.87 g;

| | | |
|--|---|---|
| sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6 | | |
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, | Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.78 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 331.26 g; Sól: 451.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3562.13 g; Błonnik pokarmowy: 930.67 g; suma cukrów prostych: 24.74 g;

| | | |
|--|---|--|
| sobota 2024-02-03 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), bułka wrocławska 100g (1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1828.50 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 55.01 g; Węglowodany ogółem: 248.38 g; Sól: 338.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1279.33 g; Błonnik pokarmowy: 784.55 g; suma cukrów prostych: 9.99 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2024-02-03 | | | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|---|---|--|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, | Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), bukiet warzyw królewski 120g, | | | |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1534.50 kcal; Białko ogółem: 101.23 g; Tłuszcz: 50.61 g; Węglowodany ogółem: 191.78 g; Sól: 320.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 877.33 g; Błonnik pokarmowy: 769.55 g; suma cukrów prostych: 8.89 g;

| sobota 2024-02-03 | | | Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|---|--|---|---|--|--|
| Herbata 250g, Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 80g z cebulką 40g (1), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , | Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, | | | |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.90 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 98.68 g; Węglowodany ogółem: 434.82 g; Sól: 481.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4141.06 g; Błonnik pokarmowy: 954.57 g; suma cukrów prostych: 25.54 g;

| sobota 2024-02-03 | | | Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|---|--|---|---|--|--|
| Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, grejfrut 150g , | Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, | | | |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.20 kcal; Białko ogółem: 121.40 g; Tłuszcz: 87.33 g; Węglowodany ogółem: 410.81 g; Sól: 457.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3691.33 g; Błonnik pokarmowy: 923.60 g; suma cukrów prostych: 24.95 g;

| sobota 2024-02-03 | | | Jadłospis dla diety: 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 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), wątróbka drobiowa gotowana 80g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, | Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, | | | |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, | | Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*, | | | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.96 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; Tłuszcz: 85.01 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; Sól: 455.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 3951.81 g; Błonnik pokarmowy: 935.79 g; suma cukrów prostych: 24.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital | | |
|---------------------------|-----------------------|--------------------------|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1 | | |
|--|---|---|
| Kasza manna na mleku 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, | Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3136.57 kcal; Białko ogółem: 152.46 g; Tłuszcz: 115.85 g; Węglowodany ogółem: 402.82 g; Sól: 511.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4549.46 g; Błonnik pokarmowy: 1220.93 g; suma cukrów prostych: 15.17 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2 | | |
|---|--|--|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza manna na mleku 350 g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2), Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt, | schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 34496.02 kcal; Białko ogółem: 971.22 g; Tłuszcz: 375.57 g; Węglowodany ogółem: 7117.62 g; Sól: 3382.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56686.19 g; Błonnik pokarmowy: 2890.70 g; suma cukrów prostych: 148.83 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3 | | |
|---|---|--|
| Kasza manna na mleku 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Udko gotowane 1szt 200g, Banan | schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| | | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 34173.22 kcal; Białko ogółem: 958.98 g; Tłuszcz: 344.49 g; Węglowodany ogółem: 7117.90 g; Sól: 3358.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56035.07 g; Błonnik pokarmowy: 2876.30 g; suma cukrów prostych: 146.91 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6 | | |
|--|--|--|
| kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.40 kcal; Białko ogółem: 140.67 g; Tłuszcz: 120.73 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; Sól: 514.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4644.37 g; Błonnik pokarmowy: 1107.00 g; suma cukrów prostych: 15.45 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Papkowata 12 | | |
|---|---|--|
| Herbata 250g, Kasza manna na mleku 350 g, Sucharki 40g (1), | Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew | Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1579.48 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 45.77 g; Węglowodany ogółem: 196.73 g; Sól: 243.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2150.94 g; Błonnik pokarmowy: 831.23 g; suma cukrów prostych: 6.29 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14 | | |
|--|--|--|
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, |
| | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1468.18 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 54.63 g; Węglowodany ogółem: 155.70 g; Sól: 234.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 1649.90 g; Błonnik pokarmowy: 811.01 g; suma cukrów prostych: 7.78 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1 | | |
|---|---|---|
| Kasza manna na mleku 350 g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , Marchewka z groszkiem120g.(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, | Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g , | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus-owsianka 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3284.69 kcal; Białko ogółem: 155.95 g; Tłuszcz: 126.65 g; Węglowodany ogółem: 416.75 g; Sól: 547.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5384.71 g; Błonnik pokarmowy: 1251.98 g; suma cukrów prostych: 17.11 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2 | | |
|--|---|---|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza manna na mleku 350 g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, Banan 1 szt, | schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g, | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus-owsianka 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 34682.14 kcal; Białko ogółem: 980.13 g; Tłuszcz: 388.17 g; Węglowodany ogółem: 7131.55 g; Sól: 3422.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57430.19 g; Błonnik pokarmowy: 2924.00 g; suma cukrów prostych: 151.01 g;

| niedziela 2024-02-04 Jadłospis dla diety: 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), Ser żółty 40g (2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, Herbata b/c 250ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Sałatka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, |
| II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g , | | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus-owsianka 100g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.40 kcal; Białko ogółem: 140.67 g; Tłuszcz: 120.73 g; Węglowodany ogółem: 285.41 g; Sól: 514.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 4644.37 g; Błonnik pokarmowy: 1107.00 g; suma cukrów prostych: 15.45 g;