

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3132.70 kcal; Białko ogółem: 139.18 g; Tłuszcz: 90.03 g; Węglowodany ogółem: 442.57 g; Sól: 10.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.07 g; suma cukrów prostych: 138.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., pomidor 80g-1 szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.77 kcal; Białko ogółem: 132.65 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; Sól: 8.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 125.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., pomidor 80g-1 szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.77 kcal; Białko ogółem: 132.65 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; Sól: 8.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 125.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., ogórek zielony 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, kiwi 1szt., makaron razowy 200g (1,3),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8), pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.66 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 94.63 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; Sól: 9.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 81.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2597.55 kcal; Białko ogółem: 132.07 g; Tłuszcz: 82.57 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 80.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.05 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 79.25 g; Węglowodany ogółem: 249.42 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 77.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8), pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3316.89 kcal; Białko ogółem: 142.63 g; Tłuszcz: 101.59 g; Węglowodany ogółem: 454.14 g; Sól: 14.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 149.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.31 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., pomidor 80g-1 szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Banan 1 szt, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.76 kcal; Białko ogółem: 141.52 g; Tłuszcz: 104.79 g; Węglowodany ogółem: 343.80 g; Sól: 11.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.61 g; suma cukrów prostych: 136.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g;

poniedziałek 2024-04-22 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 200g (2) 1szt., ogórek zielony 50g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brokuły z wody 120 g, kiwi 1szt., Makaron razowy 200g(1),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Napój roślinny b/c 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8), pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2295.66 kcal; Białko ogółem: 120.74 g; Tłuszcz: 84.63 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; Sól: 9.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.66 g; suma cukrów prostych: 81.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), ziemniaki 250g(2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	pomidor 80g-1 szt., Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, roszonek z nasionami i słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2954.03 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 96.41 g; Węglowodany ogółem: 402.74 g; Sól: 9.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.88 g; suma cukrów prostych: 97.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.71 g;

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), pomidor 80g-1 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.81 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; suma cukrów prostych: 79.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, twaróg krajanka 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 80g-1 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Surówka z marchewki z jabłkiem 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.81 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; suma cukrów prostych: 79.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), mandarynka 2 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., 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* (1,3), gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.43 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 340.41 g; Sól: 9.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 103.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g;

wtorek 2024-04-23 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. 250ml*, ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2),
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.98 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 74.90 g; Węglowodany ogółem: 365.00 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; suma cukrów prostych: 78.24 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g;

wtorek 2024-04-23 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. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.98 kcal; Białko ogółem: 121.02 g; Tłuszcz: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.20 g; suma cukrów prostych: 76.34 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kotlec z karczku po parysku 100g* (1,3,13), ziemniaki 250g(2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	pomidor 80g-1 szt., Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiorem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3), kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3217.52 kcal; Białko ogółem: 137.76 g; Tłuszcz: 112.98 g; Węglowodany ogółem: 416.20 g; Sól: 12.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 108.88 g; Błonnik pokarmowy: 41.63 g;

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), pomidor 80g-1 szt.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalafiorem, jajkiem, szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.31 kcal; Białko ogółem: 129.23 g; Tłuszcz: 88.79 g; Węglowodany ogółem: 368.79 g; Sól: 11.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.70 g; suma cukrów prostych: 90.05 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

wtorek 2024-04-23 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 40g (2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki, roszponki z nasionami i słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiorem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3), kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2495.83 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 320.07 g; Sól: 9.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 88.82 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Pieczeń rzymska 100 g (1,3), Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: grejfrut 1 szt.		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2888.86 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 82.91 g; Węglowodany ogółem: 441.56 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 132.05 g; Błonnik pokarmowy: 39.13 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pomidor 80g-1 szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), jabłko deserowe 1 szt. , Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.96 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 363.83 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 101.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pomidor 80g-1 szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.96 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 68.50 g; Węglowodany ogółem: 363.83 g; Sól: 7.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.63 g; suma cukrów prostych: 101.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt., masło 10g - 1 szt. (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: grejfrut 1 szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2468.79 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 79.13 g; Węglowodany ogółem: 351.66 g; Sól: 8.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.33 g; suma cukrów prostych: 111.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (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. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.95 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; Sól: 2.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (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. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.95 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 300.98 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.77 g; suma cukrów prostych: 81.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Pieczeń rzymska 100 g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Surówka z pora i jabłka 120g*, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, grejfrut 1 szt,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3120.25 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 94.87 g; Węglowodany ogółem: 456.18 g; Sól: 11.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.14 g; suma cukrów prostych: 142.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.37 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), pomidor 80g-1 szt.,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), jabłko deserowe 1 szt. , Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.36 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 378.45 g; Sól: 10.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 112.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g;

środa 2024-04-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt., masło 10g - 1 szt. (2), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g(2) , jabłko deserowe 1 szt. , Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: grejfrut 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2431.79 kcal; Białko ogółem: 94.04 g; Tłuszcz: 76.13 g; Węglowodany ogółem: 354.36 g; Sól: 8.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 115.38 g; Błonnik pokarmowy: 40.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ryż biały 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.41 kcal; Białko ogółem: 125.71 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 386.50 g; Sól: 8.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.64 g; suma cukrów prostych: 107.91 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, pomidor 80g-1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ryż biały 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 300.48 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 84.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, pomidor 80g-1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ryż biały 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.37 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 300.48 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 84.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (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 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.99 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 282.01 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2603.29 kcal; Białko ogółem: 126.29 g; Tłuszcz: 84.74 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.41 g; suma cukrów prostych: 69.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.38 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.29 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 80.34 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; suma cukrów prostych: 67.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Ryż biały 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, rzodkiewki z nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: mandarynka 2 szt., sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), mandarynka 2 szt.,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3028.60 kcal; Białko ogółem: 137.49 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 412.65 g; Sól: 12.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.98 g; suma cukrów prostych: 129.66 g; Błonnik pokarmowy: 42.41 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, pomidor 80g-1 szt.,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Ryż biały 200g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynka 2 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.56 kcal; Białko ogółem: 127.75 g; Tłuszcz: 86.28 g; Węglowodany ogółem: 313.19 g; Sól: 9.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

czwartek 2024-04-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g,	Jarzynowa z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (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 150g(2) 1szt.,
II Śniadanie: mandarynka 2 szt., sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.99 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 282.01 g; Sól: 8.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.91 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 25g x 2 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1).	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1).
II Śniadanie: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3411.50 kcal; Białko ogółem: 137.76 g; Tłuszcz: 105.47 g; Węglowodany ogółem: 489.37 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 184.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 25g x 2 szt., twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g(2) , Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.84 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 439.86 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; suma cukrów prostych: 181.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 25g x 2 szt., twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.84 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 439.86 g; Sól: 6.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; suma cukrów prostych: 181.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*.
II Śniadanie: kiwi 1szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.68 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 84.33 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 74.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, kakao 250ml(2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2344.70 kcal; Białko ogółem: 135.99 g; Tłuszcz: 77.92 g; Węglowodany ogółem: 284.86 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.95 g; suma cukrów prostych: 89.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, kakao 250ml(2),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2184.70 kcal; Białko ogółem: 130.39 g; Tłuszcz: 75.12 g; Węglowodany ogółem: 257.26 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.63 g; suma cukrów prostych: 88.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3371.89 kcal; Białko ogółem: 154.03 g; Tłuszcz: 119.59 g; Węglowodany ogółem: 425.74 g; Sól: 11.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.68 g; suma cukrów prostych: 121.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2810.23 kcal; Białko ogółem: 134.29 g; Tłuszcz: 87.28 g; Węglowodany ogółem: 376.23 g; Sól: 10.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.85 g; suma cukrów prostych: 118.33 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

piątek 2024-04-26 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), twaróg krajanka 50g(2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z dorsza parowany 100g, Sos koperkowy 100g (1,2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.68 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 84.33 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 74.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), schab na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2826.96 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 76.00 g; Węglowodany ogółem: 423.48 g; Sól: 8.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 133.90 g; Błonnik pokarmowy: 46.02 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 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]: 2889.04 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 129.27 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 73.64 g; suma cukrów prostych: 115.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2), sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 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]: 2889.04 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 129.27 g; Węglowodany ogółem: 336.55 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 73.64 g; suma cukrów prostych: 115.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 1 szt, sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połudwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.74 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 139.74 g; Węglowodany ogółem: 316.68 g; Sól: 10.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 74.35 g; suma cukrów prostych: 99.43 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.55 kcal; Białko ogółem: 108.18 g; Tłuszcz: 71.37 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.46 g; suma cukrów prostych: 63.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2038.55 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.35 g; suma cukrów prostych: 61.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), schab na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g (1,13), Sos pieczarkowy 100 ml (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2981.26 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 87.36 g; Węglowodany ogółem: 421.69 g; Sól: 11.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 140.46 g; Błonnik pokarmowy: 43.95 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, grejfrut 1 szt, ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 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, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3326.84 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 141.15 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; Sól: 11.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.52 g; suma cukrów prostych: 123.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.60 g;

sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g (1,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, grejfrut 1 szt, sałata zielona z jogurtem (2) 120g ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*, jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.74 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 139.74 g; Węglowodany ogółem: 316.68 g; Sól: 10.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 74.35 g; suma cukrów prostych: 99.43 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek konserwowy 100g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 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) , Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroz. 250ml*, gruszka 1 szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3181.89 kcal; Białko ogółem: 156.22 g; Tłuszcz: 118.57 g; Węglowodany ogółem: 378.83 g; Sól: 10.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 102.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.91 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), pomidor 80g-1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, jabłko deserowe 1 szt. ,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2946.96 kcal; Białko ogółem: 159.37 g; Tłuszcz: 116.09 g; Węglowodany ogółem: 318.78 g; Sól: 10.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.35 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 200g (2) 1szt., szynka farmerska 40g(1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, jabłko deserowe 1 szt. ,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.96 kcal; Białko ogółem: 144.65 g; Tłuszcz: 93.89 g; Węglowodany ogółem: 318.98 g; Sól: 9.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.16 g; suma cukrów prostych: 84.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Salátka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), pomarańcza 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2910.74 kcal; Białko ogółem: 149.13 g; Tłuszcz: 125.07 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; Sól: 10.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; suma cukrów prostych: 90.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.44 kcal; Białko ogółem: 123.19 g; Tłuszcz: 78.01 g; Węglowodany ogółem: 291.49 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; suma cukrów prostych: 85.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż 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 mroz. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.39 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 74.51 g; Węglowodany ogółem: 231.53 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.14 g; suma cukrów prostych: 64.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 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) , Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), pomarańcza 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3493.29 kcal; Białko ogółem: 168.10 g; Tłuszcz: 131.24 g; Węglowodany ogółem: 412.53 g; Sól: 13.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.38 g; suma cukrów prostych: 112.88 g; Błonnik pokarmowy: 39.37 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 200g (2) 1szt., Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), pomidor 80g-1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, jabłko deserowe 1 szt. ,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kasza jęczmienną, rukolą, jajkiem, pomidorem 100g* (1,3),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3222.56 kcal; Białko ogółem: 169.51 g; Tłuszcz: 132.64 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; Sól: 13.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.68 g; suma cukrów prostych: 95.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek konserwowy 100g*, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: pomarańcza 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8),		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2910.74 kcal; Białko ogółem: 149.13 g; Tłuszcz: 125.07 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; Sól: 10.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.75 g; suma cukrów prostych: 90.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

Dietetyk

.....