

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2788.55 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 427.94 g; Sól: 9.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 102.57 g; Błonnik pokarmowy: 44.03 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), pomidor 80g-1 szt., kasza manna na mleku 350g (1,2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 400.27 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 116.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), pomidor 80g-1 szt., kasza manna na mleku 350g (1,2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 68.79 g; Węglowodany ogółem: 400.27 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.60 g; suma cukrów prostych: 116.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 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, twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), kiwi 1szt., ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), jabłko deserowe 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2329.34 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.30 g; suma cukrów prostych: 79.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Koperkowa 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*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2163.59 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 87.62 g; Węglowodany ogółem: 227.98 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; suma cukrów prostych: 79.17 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.	Koperkowa 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*, marchew gotowana 120g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2003.59 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 84.82 g; Węglowodany ogółem: 200.38 g; Sól: 2.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.95 g; suma cukrów prostych: 77.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>poniedziałek 2024-04-08</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), kiwi 1szt., ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g.
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. , jabłko deserowe 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3051.74 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 440.65 g; Sól: 12.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 113.27 g; Błonnik pokarmowy: 46.76 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), pomidor 80g-1 szt., kasza manna na mleku 350g (1,2).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Banan 1 szt, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3).		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2880.51 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 85.38 g; Węglowodany ogółem: 412.98 g; Sól: 10.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.92 g; suma cukrów prostych: 127.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g;

<b>poniedziałek 2024-04-08</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>
kawa zbożowa b/c 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, twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), kiwi 1szt.	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. , jabłko deserowe 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2329.34 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.30 g; suma cukrów prostych: 79.69 g; Błonnik pokarmowy: 39.71 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml\*,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt.,

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.

**II Śniadanie:** grejfrut 1 szt.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3136.12 kcal; Białko ogółem: 136.09 g; Tłuszcz: 98.42 g; Węglowodany ogółem: 436.76 g; Sól: 7.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 110.09 g; Błonnik pokarmowy: 42.66 g;

**wtorek 2024-04-09**

**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 owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Serek almette 2szt. 60g (2), pomidor 80g-1 szt.,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2).

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), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g\*.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3347.17 kcal; Białko ogółem: 132.68 g; Tłuszcz: 146.74 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; Sól: 9.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.40 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g;

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Płatki owsiane 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 , Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml\* , pomidor 80g-1 szt.,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2).

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), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g\*.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3347.17 kcal; Białko ogółem: 132.68 g; Tłuszcz: 146.74 g; Węglowodany ogółem: 375.50 g; Sól: 9.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 80.40 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g;

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Z ograni. 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 - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , Serek almette 2szt. 60g (2).

Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g\*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2).

Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*.

**II Śniadanie:** sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g\*, grejfrut 1 szt.

**Posilek nocny:** Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3337.60 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz: 165.53 g; Węglowodany ogółem: 338.32 g; Sól: 9.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.58 g; suma cukrów prostych: 100.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g;

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata z cukrem 250ml\*, Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2).

Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g\*.

Herbata z cukrem 250ml\*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, brokuły z wody 120 g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1572.15 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 151.97 g; Sól: 1.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.41 g; suma cukrów prostych: 59.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2).

Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, brokuły z wody 120 g.

Herbata z cukrem 250ml\*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brokuły z wody 120 g.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1572.15 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 151.97 g; Sól: 1.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.41 g; suma cukrów prostych: 59.23 g; Błonnik pokarmowy: 18.07 g;

**wtorek 2024-04-09**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

## Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , Serek fromage 80g. 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100 (1,2,3), ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, grejfrut 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3367.51 kcal; Białko ogółem: 147.60 g; Tłuszcz: 110.38 g; Węglowodany ogółem: 451.38 g; Sól: 10.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; suma cukrów prostych: 120.95 g; Błonnik pokarmowy: 44.90 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g (2), pomidor 80g-1 szt.,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	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), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3575.86 kcal; Białko ogółem: 143.90 g; Tłuszcz: 158.45 g; Węglowodany ogółem: 390.19 g; Sól: 12.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.88 g; suma cukrów prostych: 96.28 g; Błonnik pokarmowy: 35.60 g;

wtorek 2024-04-09 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 - 1 szt. (2), papryka świeża 50g., filet pieczony z indyka 40g , Serek almette 2szt. 60g (2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, mandarynka 2 szt., sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> grejfrut 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g*.		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3337.60 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz: 165.53 g; Węglowodany ogółem: 338.32 g; Sól: 9.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 81.58 g; suma cukrów prostych: 100.37 g; Błonnik pokarmowy: 38.64 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g\* (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 żółty 50g(2), pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1).

Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Ryż biały 200g\*, Sałata zielona z sosem winegret 100g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Banan 1 szt.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g\* (11).

**II Śniadanie:** gruszka 1 szt.,

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2816.37 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 417.30 g; Sól: 10.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.24 g; suma cukrów prostych: 150.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.79 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (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.,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Sałata zielona z sosem winegret 100g\*, Banan 1 szt.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\*.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.53 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 134.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (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.,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Risotto jarskie dieta 300g (8,11,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Banan 1 szt.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\*.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.53 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 78.14 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.36 g; suma cukrów prostych: 134.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych 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 80g-1 szt., masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2).

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\*, ryż brązowy 200g, Sałata zielona z sosem winegret 100g\*, jabłko deserowe 1 szt. .

Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g\*.

**II Śniadanie:** sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g\* (1), gruszka 1 szt.,

**Posilek nocny:** Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.93 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; Sól: 9.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 97.81 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g.

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g\*, Herbata z cukrem 250ml\*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt. , bukiet warzyw królewski 120g.

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2316.33 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 279.10 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, bukiet warzyw królewski 120g.

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, bukiet warzyw królewski 120g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml\*, ziemniaki 250g(2) .

**Posilek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2316.33 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 279.10 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; suma cukrów prostych: 85.68 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

**środa 2024-04-10**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (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 żółty 50g(2), pomidor 80g-1 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Ryż biały 200g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Banan 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11).
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), gruszka 1 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3095.12 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 95.73 g; Węglowodany ogółem: 446.83 g; Sól: 13.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; suma cukrów prostych: 161.84 g; Błonnik pokarmowy: 43.57 g;

środa 2024-04-10 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (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.,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Risotto dieta 300g (13) , Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Sos koperkowy 100g (1,2), Banan 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka makaronowa z kalafiorem, jajkiem, szpinakiem baby 100g* (1,3), sok warzywny 300ml 1 szt. .		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2919.83 kcal; Białko ogółem: 130.24 g; Tłuszcz: 111.70 g; Węglowodany ogółem: 345.08 g; Sól: 11.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.81 g; suma cukrów prostych: 141.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;

środa 2024-04-10 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 80g-1 szt., masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2).	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leczo z soczewicą 300g (1,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, jabłko deserowe 1 szt. , ryż brązowy 200g.	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryką, rukolą i pestkami dyni 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z fasolą czerwoną, pomidorem i brokułem 100g* (1), gruszka 1 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.93 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; Sól: 9.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.99 g; suma cukrów prostych: 97.81 g; Błonnik pokarmowy: 42.69 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Platki 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), rzodkiewka 50g, serek wiejski 200g (2) 1szt., 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 kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, Pomarańcza 120g.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.

**II Śniadanie:** jabłko deserowe 1 szt. ,

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2870.33 kcal; Białko ogółem: 147.93 g; Tłuszcz: 82.63 g; Węglowodany ogółem: 385.80 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; suma cukrów prostych: 106.16 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g;

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Platki 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 na kartki 40g (1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt.,

Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Pomarańcza 120g.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*.

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2514.56 kcal; Białko ogółem: 141.99 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Sól: 8.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Platki 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 na kartki 40g (1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt.,

Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Pomarańcza 120g.

Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*.

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2514.56 kcal; Białko ogółem: 141.99 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Sól: 8.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.84 g; suma cukrów prostych: 83.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

**czwartek 2024-04-11**

**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 - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 200g (2) 1szt., szynka na kartki 40g (1,2,11,13).

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, Pomarańcza 120g.

Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszonką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*.

**II Śniadanie:** jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.50 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 97.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g;

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata z cukrem 250ml\*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml\*.

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g(2) ,

Herbata z cukrem 250ml\*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Szpinak gotowany 120g(2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 250g(2) ,

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 254.04 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 68.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml\*.

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) ,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Herbata z cukrem 250ml\*, ziemniaki 250g(2) ,

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 254.04 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 68.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

**czwartek 2024-04-11**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

## Jadłospisy dla oddziałów

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), rzodkiewka 50g, serek wiejski 200g (2) 1szt., 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 kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połudwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.
<b>II Śniadanie:</b> jabłko deserowe 1 szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3092.32 kcal; Białko ogółem: 156.80 g; Tłuszcz: 95.99 g; Węglowodany ogółem: 397.37 g; Sól: 12.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 117.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.00 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
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 na kartki 40g (1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt.,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pomarańcza 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połudwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2736.55 kcal; Białko ogółem: 150.86 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; Sól: 11.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.92 g; suma cukrów prostych: 94.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

czwartek 2024-04-11 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, serek wiejski 200g (2) 1szt., szynka na kartki 40g (1,2,11,13),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Pomarańcza 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*.	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połudwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), jabłko deserowe 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.50 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 84.25 g; Węglowodany ogółem: 312.97 g; Sól: 9.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.34 g; suma cukrów prostych: 97.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 25g x 2 szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, kiwi 1szt., ziemniaki 250g(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 , Salátka z rukolą,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), pomidor 80g-1 szt.,
II Śniadanie: mandarynka 2 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3498.76 kcal; Białko ogółem: 135.67 g; Tłuszcz: 97.81 g; Węglowodany ogółem: 533.29 g; Sól: 8.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 192.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 25g x 2 szt., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(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 , Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*.
		<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3033.49 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 80.09 g; Węglowodany ogółem: 467.86 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 180.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 25g x 2 szt., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g(2) , jabłko deserowe 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 , Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*.
		<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3033.49 kcal; Białko ogółem: 121.57 g; Tłuszcz: 80.09 g; Węglowodany ogółem: 467.86 g; Sól: 7.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 180.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g., kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt., ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*.	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukolą,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*.
II Śniadanie: mandarynka 2 szt., Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.39 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 77.79 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; Sól: 9.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.97 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.39 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw królewski 120g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g(2), Ziemniaki 200g* (2), Napój roślinny 330ml*.
		<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.98 kcal; Białko ogółem: 129.90 g; Tłuszcz: 101.45 g; Węglowodany ogółem: 298.48 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.18 g; suma cukrów prostych: 86.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
kakao 250ml(2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw królewski 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 10g - 1 szt. (2), Ziemniaki 200g* (2), Napój roślinny 330ml*, bukiet warzyw królewski 120g.
		<b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.18 kcal; Białko ogółem: 129.93 g; Tłuszcz: 101.50 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.21 g; suma cukrów prostych: 86.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

<b>piątek 2024-04-12      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g., chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, kiwi 1szt., ziemniaki 250g(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 , Salátka z rukoli,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), pomidor 80g-1 szt.,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. , mandarynka 2 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3457.35 kcal; Białko ogółem: 146.08 g; Tłuszcz: 112.16 g; Węglowodany ogółem: 473.70 g; Sól: 12.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 133.32 g; Błonnik pokarmowy: 41.68 g;

piątek 2024-04-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 80g-1 szt.,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g(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 , Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g*, Napój roślinny 330ml*,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2992.08 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 94.44 g; Węglowodany ogółem: 408.27 g; Sól: 11.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; suma cukrów prostych: 121.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g;

piątek 2024-04-12 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka świeża 50g., kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13).	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z dorsza parowany 100g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt., ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Salátka z rukoli,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g*, Napój roślinny 330ml*,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. , mandarynka 2 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.39 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 77.79 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; Sól: 9.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.97 g; suma cukrów prostych: 87.55 g; Błonnik pokarmowy: 39.39 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, surówka z kap. pekińskiej 120g.	Salatka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g*, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.
<b>II Śniadanie:</b> grejfrut 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3219.26 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 92.16 g; Węglowodany ogółem: 480.69 g; Sól: 7.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; suma cukrów prostych: 147.31 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2)	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Salatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2890.12 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 74.35 g; Węglowodany ogółem: 433.68 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 147.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Banan 1 szt, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2)	Salatka z pomidorem, sałatą zieloną i pestkami dyni 100g*, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2890.12 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 74.35 g; Węglowodany ogółem: 433.68 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.21 g; suma cukrów prostych: 147.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż b/c 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13).	Salatka z rzodkiewki, salaty i nasionami słonecznika 100g*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , salatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), grejfrut 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2822.58 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 394.72 g; Sól: 8.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 112.89 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2).	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.34 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2).	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ziemniaki 200g* (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.34 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 68.53 g; Błonnik pokarmowy: 34.06 g;

<b>sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) ,	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z rzodkiewki, sałaty i nasionami słonecznika 100g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4), grejfrut 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3710.76 kcal; Białko ogółem: 141.97 g; Tłuszcz: 104.52 g; Węglowodany ogółem: 558.35 g; Sól: 11.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; suma cukrów prostych: 159.66 g; Błonnik pokarmowy: 51.64 g;

sobota 2024-04-13 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Herbata 250g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 80g-1 szt.,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Banan 1 szt, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g(2) ,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
<b>II Śniadanie:</b> sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3112.62 kcal; Białko ogółem: 136.01 g; Tłuszcz: 87.50 g; Węglowodany ogółem: 445.91 g; Sól: 10.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 158.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;

sobota 2024-04-13 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 - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, Potrawka drobiowa 160g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z rzodkiewki, sałaty i nasionami słonecznika 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> grejfrut 1 szt, sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, kurczakiem rozszponką i pomidorem 100g (1,4).		<b>Posilek nocny:</b> mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2822.58 kcal; Białko ogółem: 131.24 g; Tłuszcz: 86.05 g; Węglowodany ogółem: 394.72 g; Sól: 8.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 112.89 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Herbata z cukrem 250ml\*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), pomidor 80g-1 szt., 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 buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, jabłko deserowe 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 papryki, roszonek z pestkami dyni 100g\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek kisz 50g.

**II Śniadanie:** pomarańcza 1 szt.

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3077.12 kcal; Białko ogółem: 154.83 g; Tłuszcz: 120.74 g; Węglowodany ogółem: 347.33 g; Sól: 11.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.14 g; suma cukrów prostych: 96.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

**niedziela 2024-04-14**

**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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), serek wiejski 200g (2) 1szt., pomidor 80g-1 szt.,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) , 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 roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*,

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2854.76 kcal; Białko ogółem: 156.43 g; Tłuszcz: 115.33 g; Węglowodany ogółem: 299.28 g; Sól: 10.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.18 g; suma cukrów prostych: 84.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(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., polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), pomidor 80g-1 szt.,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, jabłko deserowe 1 szt. ,

Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\*, 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.,

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2592.41 kcal; Białko ogółem: 141.84 g; Tłuszcz: 92.40 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; Sól: 9.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.80 g; suma cukrów prostych: 85.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.50 g;

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), pomidor 80g-1 szt., Ser żółty 50g(2).

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, jabłko deserowe 1 szt. ,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Sałatka z papryki, roszonek z pestkami dyni 100g\*, schab na kartki 40g, Herbata b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**II Śniadanie:** sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g\*, pomarańcza 1 szt.

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2827.82 kcal; Białko ogółem: 150.74 g; Tłuszcz: 127.54 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Sól: 10.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.62 g; suma cukrów prostych: 87.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2) ,

Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g(2) ,

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2062.85 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 72.06 g; Węglowodany ogółem: 247.75 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.39 g; suma cukrów prostych: 82.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2) ,

Herbata z cukrem 250ml\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g(2) ,

**Posilek nocny:** Woda mineralna 500ml\*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1983.05 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 72.06 g; Węglowodany ogółem: 227.79 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.39 g; suma cukrów prostych: 63.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.43 g;

**niedziela 2024-04-14**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), pomidor 80g-1 szt., 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 buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt. ,	Salatka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*, 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., chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek kisz 50g.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g*, pomarańcza 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3309.12 kcal; Białko ogółem: 166.66 g; Tłuszcz: 132.76 g; Węglowodany ogółem: 361.52 g; Sól: 14.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.05 g; suma cukrów prostych: 107.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 200g (2) 1szt., pomidor 80g-1 szt.,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g(2) , jabłko deserowe 1 szt. ,	Salatka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g*, 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.,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3084.36 kcal; Białko ogółem: 168.18 g; Tłuszcz: 127.54 g; Węglowodany ogółem: 312.40 g; Sól: 13.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.49 g; suma cukrów prostych: 94.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;

niedziela 2024-04-14 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), pomidor 80g-1 szt., Ser żółty 50g(2).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, jabłko deserowe 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 b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z papryki,roszponki z pestkami dyni 100g*.
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g*, pomarańcza 1 szt.		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2827.82 kcal; Białko ogółem: 150.74 g; Tłuszcz: 127.54 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Sól: 10.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.62 g; suma cukrów prostych: 87.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g;

Dietetyk

.....