

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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), Połudwica 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.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3014.70 kcal; Białko ogółem: 124.40 g; Tłuszcz: 91.57 g; Węglowodany ogółem: 423.25 g; Sól: 9.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 121.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

poniedziałek 2024-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, 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), Połudwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.07 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 326.62 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 120.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2024-05-20 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, 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), Połudwica sopocka 40g (8), Napój roślinny 330ml*, Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Bułka kajzerka 50g (1),
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2552.07 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 86.03 g; Węglowodany ogółem: 326.62 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 120.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;

poniedziałek 2024-05-20 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), 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), Połudwica 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.		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.66 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 89.29 g; Węglowodany ogółem: 259.19 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.00 g; suma cukrów prostych: 76.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

poniedziałek 2024-05-20 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) .
		Posilek 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 2024-05-20 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.
		Posilek 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 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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), Połędwica 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: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g (1,8),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3198.89 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 103.13 g; Węglowodany ogółem: 434.82 g; Sól: 12.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.97 g; suma cukrów prostych: 132.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;

poniedziałek 2024-05-20		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, 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), Połędwica sopocka 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),		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2774.06 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 99.39 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; Sól: 10.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.26 g; suma cukrów prostych: 131.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

poniedziałek 2024-05-20		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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), 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), Połędwica 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.		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.66 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 259.19 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.33 g; suma cukrów prostych: 76.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane 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),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), ziemniaki 250g(2) , surówka z marchwi z ananase 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),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.92 kcal; Białko ogółem: 135.96 g; Tłuszcz: 85.87 g; Węglowodany ogółem: 382.15 g; Sól: 8.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 84.87 g; Błonnik pokarmowy: 35.36 g;

wtorek 2024-05-21 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), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka 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 roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.87 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

wtorek 2024-05-21 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 , twaróg krajanka 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka 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 roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.87 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 74.31 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; Sól: 8.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , Sałata zielona z sosem winegret 100g*, 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,roszponki z nasionami i słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z jajkiem, kalafiozem, rzodkiewką, papryką czerwoną, szpinakiem baby 100g* (1,3), gruszka 1 szt.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.87 kcal; Białko ogółem: 128.80 g; Tłuszcz: 94.65 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 85.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Krupnik 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) ,
		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.94 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 79.61 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; suma cukrów prostych: 72.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 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) ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.94 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 304.14 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.51 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-05-21 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki owsiane 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),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie curry (1,13), ziemniaki 250g(2), surówka z marchwi z ananase 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),		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3080.41 kcal; Białko ogółem: 146.57 g; Tłuszcz: 102.44 g; Węglowodany ogółem: 395.61 g; Sól: 12.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 96.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;

wtorek 2024-05-21 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 owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka 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 roszonek, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka makaronowa z kalafiorem, jajkiem, szpinakiem baby 100g* (1,3),		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2890.37 kcal; Białko ogółem: 140.15 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 371.59 g; Sól: 11.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 85.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

wtorek 2024-05-21 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),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, 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.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.27 kcal; Białko ogółem: 128.50 g; Tłuszcz: 94.55 g; Węglowodany ogółem: 301.28 g; Sól: 9.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 70.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22 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 (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z pora i jabłka 120g*, kiwi 1szt.,	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), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Sałatka z sałaty, ogórka zielonego i pestkami dyni 100g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2843.77 kcal; Białko ogółem: 104.51 g; Tłuszcz: 88.75 g; Węglowodany ogółem: 412.79 g; Sól: 8.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.70 g; suma cukrów prostych: 99.14 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

środa 2024-05-22 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 homog. nat. 60g(2), Pomidor 50g,	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), polędwica 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]: 2390.46 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 89.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

środa 2024-05-22 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 homog. nat. 60g(2), Pomidor 50g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), 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), polędwica 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]: 2390.46 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 89.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

środa 2024-05-22 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g(2),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g(2), Surówka z pora i jabłka 120g*, kiwi 1szt.,	Herbata bez cukru 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), 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]: 2363.29 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 81.17 g; Węglowodany ogółem: 329.12 g; Sól: 8.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 90.05 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g;

środa 2024-05-22 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 2024-05-22 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 2024-05-22 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 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1).	żurek z ziemn. 350ml. (1,2,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt., Surówka z pora i jabłka 120g*.	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 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*.		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3075.16 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 100.71 g; Węglowodany ogółem: 427.41 g; Sól: 11.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.59 g; suma cukrów prostych: 110.00 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g;

środa 2024-05-22 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 homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g.	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), polędwica wieśniowa 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*.		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.86 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.92 g; suma cukrów prostych: 99.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

środa 2024-05-22 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2).	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g(2) , kiwi 1szt., 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), polędwica wieśniowa 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*.		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.29 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 331.82 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g; suma cukrów prostych: 93.75 g; Błonnik pokarmowy: 38.53 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posilek nocny**

czwartek 2024-05-23

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

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), 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),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.66 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 366.75 g; Sól: 8.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 94.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g;

czwartek 2024-05-23

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

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), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,

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),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.92 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

czwartek 2024-05-23

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), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,

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),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.92 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Sól: 6.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

czwartek 2024-05-23

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), 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), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,

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.,

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

II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajkiem i szpinakiem baby 100g*(1,3), mandarynka 2 szt.,

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 2024-05-23

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne 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),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.54 kcal; Białko ogółem: 126.21 g; Tłuszcz: 83.69 g; Węglowodany ogółem: 350.59 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.26 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

czwartek 2024-05-23

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne 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),

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.54 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 293.99 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

czwartek 2024-05-23

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), 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: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3).		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2876.85 kcal; Białko ogółem: 133.77 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 379.46 g; Sól: 12.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 105.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.42 g;

czwartek 2024-05-23 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), Pasta twarogowa z koperkiem 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	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, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3).		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.11 kcal; Białko ogółem: 125.20 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; Sól: 9.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.36 g; suma cukrów prostych: 92.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

czwartek 2024-05-23 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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, brokułem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* (1,3).		Posilek 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 Posilek nocny
piątek 2024-05-24 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 50g, 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 świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3146.00 kcal; Białko ogółem: 136.77 g; Tłuszcz: 104.87 g; Węglowodany ogółem: 424.33 g; Sól: 7.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 123.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

piątek 2024-05-24 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 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), 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*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.64 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 381.93 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; suma cukrów prostych: 125.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

piątek 2024-05-24 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 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(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*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2614.64 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 381.93 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; suma cukrów prostych: 125.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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 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: kiwi 1szt., sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4),	Posilek 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 2024-05-24 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 makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) ,	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g(2) ,
		Posilek 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 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, kakao 250ml(2),	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g(2) ,	pomidorowa z makaronem 350ml.(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) ,
		Posilek 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 2024-05-24 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 roszonek, pomidorem i pestkami dyni 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).		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3335.89 kcal; Białko ogółem: 153.49 g; Tłuszcz: 119.29 g; Węglowodany ogółem: 417.40 g; Sól: 11.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.61 g; suma cukrów prostych: 116.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 50g.	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 roszonek, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4).		Posilek nocny: mus- owsianka 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2804.53 kcal; Białko ogółem: 134.02 g; Tłuszcz: 87.22 g; Węglowodany ogółem: 375.00 g; Sól: 10.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 117.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

piątek 2024-05-24 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 roszonek, pomidorem i pestkami dyni 100g*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g (1,4), kiwi 1szt.,		Posilek 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 Posilek nocny
sobota 2024-05-25 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), Połędwica 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),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.96 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 405.33 g; Sól: 8.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.37 g; suma cukrów prostych: 119.35 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g;

sobota 2024-05-25 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 50g,	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), Połędwica 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*.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.97 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.69 g; suma cukrów prostych: 115.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

sobota 2024-05-25 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 50g,	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), Połędwica 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*.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.97 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 72.87 g; Węglowodany ogółem: 332.73 g; Sól: 6.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 75.69 g; suma cukrów prostych: 115.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych 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), Połędwica 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*.		Posilek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.37 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 83.40 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.42 g; suma cukrów prostych: 99.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

sobota 2024-05-25 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) ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2399.81 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 328.30 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.60 g; suma cukrów prostych: 64.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

sobota 2024-05-25 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) ,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2105.81 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 73.89 g; Węglowodany ogółem: 271.70 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.49 g; suma cukrów prostych: 62.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g;

sobota 2024-05-25 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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), 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: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*.		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2846.41 kcal; Białko ogółem: 125.90 g; Tłuszcz: 86.76 g; Węglowodany ogółem: 388.57 g; Sól: 11.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.11 g; suma cukrów prostych: 110.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g;

sobota 2024-05-25 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 50g.	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), 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*.
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i kurczaka 100g*.		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.77 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 397.03 g; Sól: 9.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.58 g; suma cukrów prostych: 123.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;

sobota 2024-05-25 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), Połudwica sopocka 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. ,		Posilek nocny: mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.37 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 83.40 g; Węglowodany ogółem: 314.10 g; Sól: 8.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 76.42 g; suma cukrów prostych: 99.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.72 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), 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) , Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt.,	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),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2966.09 kcal; Białko ogółem: 149.36 g; Tłuszcz: 111.11 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; Sól: 10.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.92 g; suma cukrów prostych: 80.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

niedziela 2024-05-26 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 60g (2), Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g,	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*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2799.86 kcal; Białko ogółem: 141.88 g; Tłuszcz: 110.01 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; Sól: 8.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.72 g; suma cukrów prostych: 79.30 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

niedziela 2024-05-26 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 60g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 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., Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2541.86 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; Sól: 7.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 79.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych 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), serek wiejski 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z kaszą gryczaną, rukolą i soczewicą 100g* (8), pomarańcza 1 szt.	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, kiwi 1szt.,	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*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.34 kcal; Białko ogółem: 143.35 g; Tłuszcz: 117.85 g; Węglowodany ogółem: 287.52 g; Sól: 10.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.29 g; suma cukrów prostych: 78.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

niedziela 2024-05-26 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 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 2024-05-26 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 mroż. 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 2024-05-26 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), serek wiejski 60g (2), 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*, kiwi 1szt.,	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).		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3277.49 kcal; Białko ogółem: 161.24 g; Tłuszcz: 123.78 g; Węglowodany ogółem: 379.89 g; Sól: 13.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.90 g; suma cukrów prostych: 90.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

niedziela 2024-05-26 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 60g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g.	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).		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3075.46 kcal; Białko ogółem: 152.02 g; Tłuszcz: 126.56 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; Sól: 11.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.06 g; suma cukrów prostych: 90.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

niedziela 2024-05-26 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), serek wiejski 60g (2), 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, kiwi 1szt.,	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).		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus- owsianka 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2751.34 kcal; Białko ogółem: 143.35 g; Tłuszcz: 117.85 g; Węglowodany ogółem: 287.52 g; Sól: 10.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.29 g; suma cukrów prostych: 78.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

Dietetyk

.....