

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka drobiowa 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy 80ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2747.39 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.38 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Sól: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g; WW: 40.53 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka drobiowa 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy 80ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Fasolka szparagowa duet gotowana 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2865.93 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.62 g; Tłuszcz: 90.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 410.58 g; suma cukrów prostych: 85.31 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; WW: 41.25 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka drobiowa 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy 80ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Hummus z brokulem 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek 50g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne 20g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3106.10 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.51 g; Tłuszcz: 99.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 443.73 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; Sól: 10.29 g; Błonnik pokarmowy: 63.44 g; WW: 44.66 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka drobiowa 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy 80ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Hummus z brokulem 50g (<i>SOJ</i>), Ogórek 50g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne 20g (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Szynka bankietowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3262.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 139.66 g; Tłuszcz: 104.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.37 g; Węglowodany ogółem: 466.24 g; suma cukrów prostych: 64.70 g; Sól: 11.03 g; Błonnik pokarmowy: 66.80 g; WW: 46.93 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Hummus z brokulem 60g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Tortilla z warzywami i serem mozzarella 2szt (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Sos pomidorowy 80ml (<i>MLE</i>), Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2950.45 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.72 g; Tłuszcz: 99.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 451.79 g; suma cukrów prostych: 95.56 g; Sól: 8.57 g; Błonnik pokarmowy: 49.83 g; WW: 45.52 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D Z PRODUKTAMI BEZGLUTENOWYMI BEZ LAKTOZY		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi na mleku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>), Chleb bezglutenowy 100g (<i>SOJ</i>), Masło roślinne 20g , Schab pieczony 45g , Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy b/śmietany 80ml (<i>SEL</i>), Ziemniaki 200g , Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb bezglutenowy 100g (<i>SOJ</i>), Masło roślinne 20g , Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z olejem rzepakowym 200g (<i>JAJ</i>), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2677.74 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.12 g; Tłuszcz: 106.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 331.24 g; suma cukrów prostych: 75.47 g; Sól: 10.40 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; WW: 33.45 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z kaszą manna na mleku sojowym 400ml (GLU, SOJ), Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Szyńska drobiowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Bitka z kurczaka 100g, Sos bazyliowy b/śmietany 80ml (SEL), Ziemniaki 200g, Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z olejem rzepakowym 200g (JAJ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2743.47 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.54 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 394.63 g; suma cukrów prostych: 73.69 g; Sól: 8.54 g; Błonnik pokarmowy: 41.52 g; WW: 39.78 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 90g (GLU), Bułka wrocławska 70g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńska drobiowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Hummus z brokułem 60g (SOJ), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Bitka z kurczaka 100g, Sos bazyliowy 80ml (SEL), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa duet gotowana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Bułka wrocławska 70g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńska bankietowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (JAJ, MLE), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3078.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 135.51 g; Tłuszcz: 96.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 432.84 g; suma cukrów prostych: 86.15 g; Sól: 8.11 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; WW: 43.50 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA		
Zupa mleczna z kaszą manną - przecierana 400ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńska drobiowa mielona 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami - przecierana 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos bazyliowy 80ml (SEL), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa gotowana - rozdrobniona 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka - rozdrobniona 200g (JAJ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2798.45 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 123.24 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 410.26 g; suma cukrów prostych: 86.02 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; WW: 41.27 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z kaszą manna na mleku sojowym 400ml (GLU, SOJ), Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Hummus z brokułem 60g (SOJ), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Tortilla z warzywami i serem mozzarella wegańskim 2szt (GLU, SEL), Sos pomidorowy b/śmietany 80ml, Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z olejem rzepakowym 200g (JAJ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3249.46 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 104.00 g; Tłuszcz: 89.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 540.45 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Sól: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 60.86 g; WW: 54.50 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D BEZ RYB		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńska drobiowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Bitka z kurczaka 100g, Ziemniaki 200g, Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, Sos bazyliowy 80ml (SEL),	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200g (JAJ, MLE), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2747.39 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.38 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Sól: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g; WW: 40.53 Por;

wtorek 2024-12-10 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA BEZ JAJKA		
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Hummus z brokułem 60g (SOJ), Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Tortilla z warzywami i serem mozzarella 2szt (GLU, SOJ, SEL), Sos pomidorowy 80ml (MLE), Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Sałatka z kalafiora, pomidora i ciecioriki z olejem rzepakowym 200g (SOJ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3094.25 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.72 g; Tłuszcz: 92.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 507.75 g; suma cukrów prostych: 96.24 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 59.17 g; WW: 51.10 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-10	Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA	
Zupa mleczna z płatkami żytnimi na mleku sojowym 400ml (SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Szyńka drobiowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Bitka z kurczaka 100g , Sos bazyliowy b/śmietany 80ml (SEL), Ziemniaki 200g , Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z olejem rzepakowym 200g (JAJ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g , Hummus z brokułem 50g (SOJ), Ogórek 50g ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2949.30 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.12 g; Tłuszcz: 100.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 416.96 g; suma cukrów prostych: 45.61 g; Sól: 10.06 g; Błonnik pokarmowy: 64.10 g; WW: 42.12 Por;

Dietetyk

.....