

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g , Mix салат 10g , Cukier 15g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z 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>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2466.60 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.44 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g; suma cukrów prostych: 90.91 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; WW: 35.73 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z natką pietruszki 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 90g , Mix салат 10g , Cukier 15g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos tymiankowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko 200g (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 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>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2580.25 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.52 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 380.91 g; suma cukrów prostych: 88.62 g; Sól: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g; WW: 38.25 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g , Mix салат 10g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Szyńska złota 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka 50g ,	Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki owsiane 20g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2717.92 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.87 g; Tłuszcz: 97.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 374.92 g; suma cukrów prostych: 60.93 g; Sól: 7.51 g; Błonnik pokarmowy: 56.44 g; WW: 37.68 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g , Mix салат 10g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Szyńska złota 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Rzodkiewka 50g ,	Podwieczerek: Jogurt naturalny 150g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki owsiane 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Pasta z fasoli z warzywami 40g (<i>SEL</i>), Sałata zielona 5g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2969.00 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.26 g; Tłuszcz: 104.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.12 g; Węglowodany ogółem: 415.78 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Sól: 7.95 g; Błonnik pokarmowy: 64.71 g; WW: 41.79 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g , Mix салат 10g , Cukier 15g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (<i>SOJ, SEL</i>), Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 180g , Surówka z 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>), Ser żółty 45g (<i>MLE</i>), Ogórek 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2579.88 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.60 g; Tłuszcz: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 386.15 g; suma cukrów prostych: 95.48 g; Sól: 6.44 g; Błonnik pokarmowy: 46.29 g; WW: 38.81 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D Z PRODUKTAMI BEZGLUTENOWYMI BEZ LAKTOZY		
Chleb bezglutenowy 100g (<i>SOJ</i>), Masło roślinne 20g , Schab pieczony 45g , Papryka świeża 90g , Mix салат 10g , Cukier 15g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml , Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb bezglutenowy 90g (<i>SOJ</i>), Masło roślinne 20g , Pasta z fasoli z warzywami 60g (<i>SEL</i>), Ogórek 90g , Mix салат 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2117.07 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 76.32 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 263.29 g; suma cukrów prostych: 77.53 g; Sól: 5.23 g; Błonnik pokarmowy: 37.83 g; WW: 26.42 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA		
Kawa zbożowa z mlekiem na mleku sojowym 300ml (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Szyńska złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml, Kasza gryczana na sypko 200g, Surówka z 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 roślinne 20g, Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2387.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 86.44 g; Tłuszcz: 75.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; suma cukrów prostych: 79.53 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; WW: 35.35 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńska złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa ziemniaczana 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos tymiankowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza jęczmienna na sypko 200g (<i>GLU</i>), Buraczki gotowane 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>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Szyńska bednarza 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2656.00 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.22 g; Tłuszcz: 85.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 379.07 g; suma cukrów prostych: 85.96 g; Sól: 8.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g; WW: 38.07 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany naturalny 60g (<i>MLE</i>), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Cukier 15g,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati - przecierana 400ml (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos tymiankowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Filet wędzony z indyka mielony 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2426.97 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.22 g; Tłuszcz: 70.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 363.61 g; suma cukrów prostych: 92.08 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; WW: 36.49 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA BEZMLECZNA		
Kawa zbożowa z mlekiem na mleku sojowym 300ml (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Wędlina sojowa 45g, Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (<i>SOJ, SEL</i>), Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml, Kasza gryczana na sypko 180g, Surówka z 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 roślinne 20g, Pasta z fasoli z warzywami 60g (<i>SEL</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2693.04 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.59 g; Tłuszcz: 82.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 417.90 g; suma cukrów prostych: 87.31 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 60.33 g; WW: 42.09 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D BEZ RYB		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet kurczaka pieczony 100g, Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 200g, Surówka z 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>), Filet wędzony z indyka 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2466.60 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 90.44 g; Tłuszcz: 84.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g; suma cukrów prostych: 90.91 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.65 g; WW: 35.73 Por;

sobota 2024-12-14 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA BEZ JAJKA		
Kawa zbożowa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany z ogórkiem i szczypiorkiem 60g (<i>MLE</i>), Papryka świeża 90g, Mix sałat 10g, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną b/laj 2szt (<i>SOJ, SEL</i>), Sos pieczarkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza gryczana na sypko 180g, Surówka z 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>), Ser żółty 45g (<i>MLE</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2579.88 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.60 g; Tłuszcz: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 386.15 g; suma cukrów prostych: 95.48 g; Sól: 6.44 g; Błonnik pokarmowy: 46.29 g; WW: 38.81 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-12-14	Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA	
Kawa zbożowa z mlekiem na mleku sojowym 300ml (GLU , SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Polędwica drobiowa 45g (GLU , SOJ , SEL , GOR), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml , Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Filet wędzony z indyka 45g (GLU , SOJ , SEL , GOR), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g , Szyńka złota 20g (GLU , SOJ , SEL , GOR), Rzodkiewka 50g ,	Podwieczorek: Sok warzywny 200ml. 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2514.62 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.36 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.45 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; suma cukrów prostych: 49.36 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 56.47 g; WW: 36.41 Por;

Dietetyk

.....