

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-19 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 złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (<i>MLE, GOR</i>), 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>), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (<i>MLE, SEL</i>), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2460.40 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.26 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Sól: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 38.70 g; WW: 39.99 Por;

czwartek 2024-12-19 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 złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (<i>MLE</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>), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (<i>MLE, SEL</i>), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2634.39 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.70 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.67 g; Węglowodany ogółem: 402.71 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Sól: 6.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; WW: 40.36 Por;

czwartek 2024-12-19 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (<i>MLE, GOR</i>), Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (<i>MLE, SEL</i>), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Serek wiejski lekki z koperkiem 50g, Ogórek 50g,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 200g (<i>MLE</i>), Płatki żytnie 20g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2775.07 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 121.65 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 425.61 g; suma cukrów prostych: 68.81 g; Sól: 9.70 g; Błonnik pokarmowy: 57.91 g; WW: 42.67 Por;

czwartek 2024-12-19 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (<i>MLE, GOR</i>), Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (<i>MLE, SEL</i>), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 8g (<i>MLE</i>), Serek wiejski lekki z koperkiem 50g, Ogórek 50g,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 200g (<i>MLE</i>), Płatki żytnie 20g,	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Szynka bednarza 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2931.11 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 128.80 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.23 g; Węglowodany ogółem: 448.11 g; suma cukrów prostych: 70.66 g; Sól: 10.44 g; Błonnik pokarmowy: 61.27 g; WW: 44.94 Por;

czwartek 2024-12-19 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>), Parówki sojowe 2szt, Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (<i>SOJ, SEL</i>), Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (<i>MLE, GOR</i>), 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>), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (<i>MLE, SEL</i>), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2756.57 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.05 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 478.50 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 69.87 g; WW: 48.03 Por;

czwartek 2024-12-19 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 40g, Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z kaszy jaglanej z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy b/śmietany 100ml, Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa duet gotowana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bezglutenowy 100g (<i>SOJ</i>), Masło roślinne 20g, Pasta z soi z suszonymi pomidorami 60g, Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2562.49 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 92.11 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.24 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; suma cukrów prostych: 76.20 g; Sól: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; WW: 34.38 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-19 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 złota 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g, Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa duet gotowana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, Sos estragonowy b/smietany 80ml,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z soi z suszonymi pomidorami 60g, Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2631.21 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.12 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 403.12 g; suma cukrów prostych: 74.37 g; Sól: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 46.82 g; WW: 40.56 Por;

czwartek 2024-12-19 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 złota 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Serek wiejski lekki z koperkiem 80g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g, Sos estragonowy 80ml (MLE), 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), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (MLE, SEL), Szyńska bednarza 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2770.68 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.46 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 405.92 g; suma cukrów prostych: 87.93 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.74 g; WW: 40.66 Por;

czwartek 2024-12-19 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 złota 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 estragonowy 80ml (MLE), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa gotowana - rozrobiona 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (MLE, SEL), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2569.32 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 103.71 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.06 g; Węglowodany ogółem: 407.27 g; suma cukrów prostych: 86.89 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; WW: 40.86 Por;

czwartek 2024-12-19 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, Parówki sojowe 2szt, Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną 2szt (SOJ, SEL), Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa duet gotowana 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z soi z suszonymi pomidorami 60g, Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2945.27 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.13 g; Tłuszcz: 107.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 482.81 g; suma cukrów prostych: 85.93 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 77.92 g; WW: 48.61 Por;

czwartek 2024-12-19 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 złota 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g, Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (MLE, GOR), Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (MLE, SEL), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2415.78 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.55 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 392.83 g; suma cukrów prostych: 90.45 g; Sól: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g; WW: 39.38 Por;

czwartek 2024-12-19 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), Parówki sojowe 2szt, Ogórek kiszony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Kotlety warzywne z soczewicą czerwoną b/jaj 2szt (SOJ, SEL), Ziemniaki 200g, Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130g (MLE, GOR), Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Chleb razowy 70g (GLU), Masło extra 82% 20g (MLE), Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60g (MLE, SEL), Papryka świeża 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2756.57 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 132.05 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 478.50 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 69.87 g; WW: 48.03 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-19	Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku sojowym 400ml (SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Szynka złota 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek kiszony 90g , Salata zielona 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Filet z kurczaka pieczony 100g , Sos estragonowy b/śmietany 80ml , Ziemniaki 200g , Fasolka szparagowa duet gotowana 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g , Szynka bednarza 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Papryka świeża 90g , Salata zielona 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g , Polędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek 50g ,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2558.87 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.88 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 387.49 g; suma cukrów prostych: 39.12 g; Sól: 11.15 g; Błonnik pokarmowy: 57.56 g; WW: 39.05 Por;

Dietetyk

.....