

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka orzech 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego 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>), Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2668.85 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.62 g; Tłuszcz: 84.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 386.20 g; suma cukrów prostych: 92.55 g; Sól: 20.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g; WW: 38.75 Por;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka orzech 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, SOJ</i>), 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 z jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2840.16 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.63 g; Tłuszcz: 96.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 394.50 g; suma cukrów prostych: 87.49 g; Sól: 19.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; WW: 39.63 Por;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z ryżem brązowym 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka orzech 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron razowy 200g (<i>SOJ</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 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 papryką i szczypiorkiem 50g, Rzodkiewka 50g,	Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2904.51 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 124.41 g; Tłuszcz: 93.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 417.74 g; suma cukrów prostych: 64.41 g; Sól: 21.90 g; Błonnik pokarmowy: 55.38 g; WW: 42.04 Por;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Zupa mleczna z ryżem brązowym 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka orzech 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron razowy 200g (<i>SOJ</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 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 papryką i szczypiorkiem 50g, Rzodkiewka 50g,	Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g,	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Poledwica miodowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3060.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 131.55 g; Tłuszcz: 98.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 440.24 g; suma cukrów prostych: 66.26 g; Sól: 22.63 g; Błonnik pokarmowy: 58.74 g; WW: 44.31 Por;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 60g, Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron świderki z pomidorami i serem tofu 300g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego 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>), Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2749.46 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.89 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 413.50 g; suma cukrów prostych: 92.19 g; Sól: 7.70 g; Błonnik pokarmowy: 41.87 g; WW: 41.47 Por;

wtorek 2024-12-31 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi na mleku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Szyńka orzech 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (<i>SEL</i>), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (<i>SEL</i>), Makaron świderki 200g (<i>GLU, SOJ</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego 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 jajka z natką pietruszki 60g (<i>JAJ, SOJ, GOR</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2586.93 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 97.61 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.49 g; Węglowodany ogółem: 378.98 g; suma cukrów prostych: 77.97 g; Sól: 20.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g; WW: 38.12 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-12-31		Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400ml (MLE), Chleb baltonowski 90g (GLU), Bułka wrocławska 70g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szynka orzech 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 60g, Pomidor 90g, Mix салат 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (SEL), Makaron świderki 200g (GLU, SOJ), 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 z jajka z natką pietruszki 60g (JAJ, SOJ, GOR), Polędwica miódowa 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor 90g, Mix салат 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2944.86 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 127.40 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 398.56 g; suma cukrów prostych: 91.01 g; Sól: 20.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; WW: 39.98 Por;

wtorek 2024-12-31		Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA
Zupa mleczna z płatkami ryżowymi - przecierana 400ml (MLE), Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szynka orzech mielona 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. - przecierana 400ml (MLE, SEL), Szynka pieczona mielona 100g, Sos majerankowy 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 z jajka z natką pietruszki 60g (JAJ, SOJ, GOR), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2650.78 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.60 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 377.57 g; suma cukrów prostych: 85.43 g; Sól: 9.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; WW: 37.93 Por;

wtorek 2024-12-31		Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA
Zupa mleczna z ryżem brązowym na mleku sojowym 400ml (SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Szynka orzech 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor 90g, Mix салат 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL), Gulasz z szynki wieprzowej 250g (SEL), Makaron razowy 200g (SOJ), Sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Pasta z jajka z natką pietruszki 60g (JAJ, SOJ, GOR), Ogórek 90g, Mix салат 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g, Polędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Rzodkiewka 50g,	Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3199.43 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 163.87 g; Tłuszcz: 104.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 433.03 g; suma cukrów prostych: 45.80 g; Sól: 21.72 g; Błonnik pokarmowy: 64.72 g; WW: 43.65 Por;

Dietetyk

.....