

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: SZPITAL DREWNICA | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż biały na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty 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>), Szynka złota 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]: 2652.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 93.71 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 410.12 g; suma cukrów prostych: 114.48 g; Sól: 8.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g; WW: 41.17 Por;

| | | |
|--|--|--|
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa zacierkowa 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż biały na sypko 200g, Bukiet warzyw 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, | Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 40g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka złota 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]: 2650.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.33 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 414.40 g; suma cukrów prostych: 105.01 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; WW: 41.61 Por;

| | | |
|--|---|--|
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż brązowy na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, | Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 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>), Szynka bukowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g, | Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2718.55 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.68 g; Tłuszcz: 88.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.49 g; Węglowodany ogółem: 400.62 g; suma cukrów prostych: 57.97 g; Sól: 9.46 g; Błonnik pokarmowy: 53.00 g; WW: 40.33 Por;

| | | |
|--|---|--|
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż brązowy na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, | Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szynka złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 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>), Szynka bukowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g, | Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g, | Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Szynka złota 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2874.59 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.83 g; Tłuszcz: 93.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 423.12 g; suma cukrów prostych: 59.82 g; Sól: 10.20 g; Błonnik pokarmowy: 56.36 g; WW: 42.60 Por;

| | | |
|--|--|---|
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku sojowym 400ml (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabelana śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Risotto z warzywami i cieciorką 300g (<i>SOJ, SEL</i>), Surówka z czerwonej kapusty 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>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2933.69 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.24 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 475.17 g; suma cukrów prostych: 119.10 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 48.75 g; WW: 47.72 Por;

| | | |
|--|---|---|
| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA | | |
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku sojowym 400ml (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Szynka farmerska 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa szczawiowa z ziemniakami b/śmietany 400ml (<i>SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy b/śmietany 80ml, Ryż biały na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty 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, Szynka złota 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]: 2469.71 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 83.32 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 385.22 g; suma cukrów prostych: 84.36 g; Sól: 8.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g; WW: 38.77 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA | | |
|--|--|--|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Szyńka farmerska 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Jabłko pieczone 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż biały na sypko 200g, Bukiet warzyw 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, | Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 40g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka złota 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Szyńka złota 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]: 2665.36 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 112.90 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 394.86 g; suma cukrów prostych: 105.33 g; Sól: 10.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; WW: 39.66 Por;

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA | | |
|---|--|---|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi - przecierana 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa zacierkowa - przecierana 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udziec z kurczaka pieczony mielony 100g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Bukiet warzyw - rozdrobniony 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, | Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka złota 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]: 2670.97 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 100.31 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 420.45 g; suma cukrów prostych: 109.37 g; Sól: 8.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; WW: 42.18 Por;

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D BEZJAJECZNA | | |
|--|--|---|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż biały na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty 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>), Szyńka złota 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]: 2652.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 93.71 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 410.12 g; suma cukrów prostych: 114.48 g; Sól: 8.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g; WW: 41.17 Por;

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA | | |
|--|--|--|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku sojowym 400ml (<i>GLU, SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło roślinne 20g, Szyńka farmerska 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa zacierkowa 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy b/śmietany 80ml, Ryż biały na sypko 200g, Bukiet warzyw 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, | Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło roślinne 20g, Szyńka złota 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]: 2574.48 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 91.02 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 408.74 g; suma cukrów prostych: 77.00 g; Sól: 9.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; WW: 41.13 Por;

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU | | |
|--|--|--|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 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>), Twarożek 60g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 150g 1szt, Dżem 30g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g, | Zupa zacierkowa 400ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy 80ml (<i>MLE</i>), Ryż biały na sypko 200g, Bukiet warzyw 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g, | Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 40g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka złota 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]: 2650.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.33 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 414.40 g; suma cukrów prostych: 105.01 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; WW: 41.61 Por;

| poniedziałek 2025-01-13 Jadłospis dla diety: D PŁYNNA | | |
|--|--|--|
| Płynna do sondy (śniadanie) 500g (<i>JAJ, MLE</i>), | Płynna do sondy (obiad) 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), | Płynna do sondy (kolacja) 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 1805.50 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 85.97 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 158.82 g; suma cukrów prostych: 58.87 g; Sól: 2.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g; WW: 15.96 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-01-13 | Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA | |
|--|---|--|
| Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi na mleku sojowym 400ml (GLU, SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Szynka farmerska 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, | Zupa szczawiowa z ziemniakami b/śmietany 400ml (SEL), Udko z kurczaka pieczone 120g, Sos ziołowy b/śmietany 80ml, Ryż brązowy na sypko 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml, | Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Szynka złota 45g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, |
| II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g, Szynka bukowa 20g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Papryka świeża 50g, | Podwieczorek: Pieczywo chrupkie 20g, | |

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2586.72 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 95.11 g; Tłuszcz: 78.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 390.80 g; suma cukrów prostych: 40.82 g; Sól: 9.87 g; Błonnik pokarmowy: 54.48 g; WW: 39.41 Por;

Dietetyk

.....