

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Kakao na mleku 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyunka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (<i>JAJ</i>), Sos majerankowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 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>), Schab po warszawsku 80g, Szyunka z kurcząt 30g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2422.61 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 109.97 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 354.50 g; suma cukrów prostych: 96.60 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; WW: 35.60 Por;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Kakao na mleku 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyunka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Roladka z indyka nadziewana warzywami 100g (<i>JAJ, SEL</i>), Sos majerankowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, 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>), Schab pieczony 45g, Szyunka z kurcząt 30g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2501.10 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 111.95 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; suma cukrów prostych: 94.46 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; WW: 36.10 Por;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW		
Kakao na mleku 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyunka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (<i>JAJ</i>), Sos majerankowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki z chrzanem 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Schab po warszawsku 80g, Szyunka z kurcząt 30g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 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>), Szyunka cygańska 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g,	Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem b/c 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2585.99 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 119.22 g; Tłuszcz: 80.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 373.43 g; suma cukrów prostych: 77.19 g; Sól: 8.34 g; Błonnik pokarmowy: 56.09 g; WW: 37.55 Por;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW		
Kakao na mleku 400ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyunka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (<i>JAJ</i>), Sos majerankowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki z chrzanem 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Schab po warszawsku 80g, Szyunka z kurcząt 30g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 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>), Szyunka cygańska 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g,	Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem b/c 200ml,	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Polewica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2742.03 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 126.37 g; Tłuszcz: 85.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 395.93 g; suma cukrów prostych: 79.04 g; Sól: 9.08 g; Błonnik pokarmowy: 59.45 g; WW: 39.82 Por;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Kakao na mleku 400ml (<i>MLE</i>), 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, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlec jajeczny 100g (<i>JAJ</i>), Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 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 soczewicy 100g (<i>SOJ</i>), Ser mozzarella 45g (<i>SOJ</i>), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2936.76 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 117.54 g; Tłuszcz: 108.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.92 g; Węglowodany ogółem: 405.34 g; suma cukrów prostych: 98.12 g; Sól: 8.25 g; Błonnik pokarmowy: 43.28 g; WW: 40.76 Por;

czwartek 2024-12-26 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA		
Kakao na mleku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Szyunka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami b/śmietany 400ml (<i>SEL</i>), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (<i>JAJ</i>), Sos majerankowy b/śmietany 80ml, Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Schab po warszawsku 80g, Szyunka z kurcząt 30g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2325.02 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 98.39 g; Tłuszcz: 63.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 346.87 g; suma cukrów prostych: 79.67 g; Sól: 7.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.23 g; WW: 34.96 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-12-26	Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA	
Kakao na mleku 400ml (MLE), Chleb baltonowski 90g (GLU), Bułka wrocławska 70g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńka pieczona 45g, Ser żółty 45g (MLE), Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400ml (MLE, SEL), Roladka z indyka nadziewana warzywami 100g (JAJ, SEL), Sos majerankowy 80ml (MLE), Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb baltonowski 90g (GLU), Bułka wrocławska 70g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Schab pieczony 45g, Szyńka z kurcząt 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]: 2660.54 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 126.51 g; Tłuszcz: 85.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 359.89 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Sól: 9.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; WW: 36.11 Por;

czwartek 2024-12-26	Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA	
Kakao na mleku 400ml (MLE), Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Szyńka pieczona mielona 45g, Pomidor bez skórki rozdrobniony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Żurek z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. - przecierany 400ml (MLE, SEL), Filet z indyka gotowany mielony 100g, Sos majerankowy 80ml (MLE), Ziemniaki 200g, Buraczki gotowane 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g (GLU, JAJ), Masło extra 82% 20g (MLE), Schab pieczony mielony 45g, Szyńka z kurcząt mielona 30g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Pomidor bez skórki rozdrobniony 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2510.21 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.92 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 359.72 g; suma cukrów prostych: 93.74 g; Sól: 8.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g; WW: 36.13 Por;

czwartek 2024-12-26	Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA	
Kakao na mleku sojowym 400ml (SOJ), Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Szyńka pieczona 45g, Pomidor 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Żurek z ziemniakami b/śmietany 400ml (SEL), Roladka z indyka nadziewana pieczarkami 100g (JAJ), Sos majerankowy b/śmietany 80ml, Ziemniaki 200g, Surówka z marchewki z chrzanem 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (GLU), Masło roślinne 20g, Schab po warszawsku 80g, Szyńka z kurcząt 30g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Ogórek 90g, Sałata zielona 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (GLU), Masło roślinne 8g, Szyńka cygańska 20g (GLU, SOJ, SEL, GOR), Papryka świeża 50g,	Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem b/c 200ml,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2479.12 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 107.59 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 365.77 g; suma cukrów prostych: 60.25 g; Sól: 8.09 g; Błonnik pokarmowy: 57.95 g; WW: 36.90 Por;

Dietetyk

.....