

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek z truskawkami 60g (<i>MLE</i>), Dżem 30g , Jabłko 150g 1szt, Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza bulgur na sytko 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 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>), Smalczyk z fasoli 60g , Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2765.39 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.62 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 441.14 g; suma cukrów prostych: 116.28 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 46.70 g; WW: 44.29 Por;

poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek z truskawkami 60g (<i>MLE</i>), Dżem 30g , Jabłko pieczone 150g 1szt , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza bulgur na sytko 200g , Brokuły z wody 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>), Szyńka cygańska 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]: 2690.66 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 102.10 g; Tłuszcz: 76.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 414.36 g; suma cukrów prostych: 110.49 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g; WW: 41.65 Por;

poniedziałek 2024-12-30 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>), Ser twarogowy w kawałku 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza bulgur na sytko 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Smalczyk z fasoli 60g , Ogórek kiszony 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>), Szyńka bankietowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne 20g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2968.52 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 122.76 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 433.62 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 62.78 g; WW: 43.66 Por;

poniedziałek 2024-12-30 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>), Ser twarogowy w kawałku 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza bulgur na sytko 200g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Smalczyk z fasoli 60g , Ogórek kiszony 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>), Szyńka bankietowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1szt (<i>MLE</i>), Płatki jęczmienne 20g (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 4g (<i>MLE</i>), Poledwica drobiowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Sałata zielona 5g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3124.56 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 129.91 g; Tłuszcz: 95.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.62 g; Węglowodany ogółem: 456.13 g; suma cukrów prostych: 63.51 g; Sól: 8.91 g; Błonnik pokarmowy: 66.14 g; WW: 45.93 Por;

poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek z truskawkami 60g (<i>MLE</i>), Dżem 30g , Jabłko 150g 1szt, Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Kaszotto z kaszy bulgur z warzywami, pieczarkami i serem feta 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 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>), Smalczyk z fasoli 60g , Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2750.94 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 87.84 g; Tłuszcz: 82.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.48 g; Węglowodany ogółem: 437.98 g; suma cukrów prostych: 119.40 g; Sól: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 50.47 g; WW: 43.97 Por;

poniedziałek 2024-12-30 Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>), Chleb baltonowski 90g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g , Szyńka bednarza 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Dżem 30g , Mix sałat 10g , Jabłko 150g 1szt , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami b/śmietany 400ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy b/śmietany 80ml , Kasza bulgur na sytko 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 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 , Smalczyk z fasoli 60g , Ogórek kiszony 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2641.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 91.34 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 427.53 g; suma cukrów prostych: 95.07 g; Sól: 9.43 g; Błonnik pokarmowy: 48.07 g; WW: 43.00 Por;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-12-30		Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400ml (<i>MLE</i>), Chleb bałtonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek z truskawkami 60g (<i>MLE</i>), Szyńka bednarza 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Dżem 30g, Jabłko pieczone 150g 1szt, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Kasza bulgur na sypko 200g, Brokuły z wody 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Chleb bałtonowski 90g (<i>GLU</i>), Bułka wrocławska 70g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Szyńka cygańska 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Poledwica drobiowa 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]: 2803.77 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 120.48 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 415.59 g; suma cukrów prostych: 110.59 g; Sól: 7.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; WW: 41.78 Por;

poniedziałek 2024-12-30		Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA
Zupa mleczna z płatkami owsianymi - przecierana 400ml (<i>MLE</i>), Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Twarożek z truskawkami 60g (<i>MLE</i>), Dżem 30g, Jabłko pieczone 150g 1szt, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,	Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. - przecierana 400ml (<i>MLE, SEL</i>), Udziec z kurczaka mielony 100g, Sos koperkowy 80ml (<i>MLE</i>), Ziemniaki 200g, Brokuły z wody - rozdrobnione 130g, Kompot b/c 300ml, Cukier 15g,	Bułka wrocławska 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Masło extra 82% 20g (<i>MLE</i>), Smalczyk z fasoli 60g, Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml, Cukier 15g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2673.72 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 96.48 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 423.73 g; suma cukrów prostych: 116.48 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.84 g; WW: 42.53 Por;

poniedziałek 2024-12-30		Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA
Zupa mleczna z płatkami owsianymi na mleku sojowym 400ml (<i>SOJ</i>), Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Szyńka bednarza 45g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Pomidor 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami b/śmietany 400ml (<i>SEL</i>), Pulpet drobiowy 100g (<i>JAJ</i>), Sos koperkowy b/śmietany 80ml, Kasza bulgur na sypko 200g, Surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130g, Kompot b/c 300ml,	Chleb razowy 160g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 20g, Smalczyk z fasoli 60g, Ogórek kiszony 90g, Mix sałat 10g, Herbata z cytryną b/cukru 350ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 8g, Szyńka bankietowa 20g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Papryka świeża 50g,	Podwieczorek: Sok warzywny 200ml. 1szt,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2677.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 101.77 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.10 g; Węglowodany ogółem: 414.60 g; suma cukrów prostych: 43.97 g; Sól: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 62.51 g; WW: 41.75 Por;

Dietetyk

.....