

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL DREWNICA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D PODSTAWOWA</b>		
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> ), Szyńka cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka 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> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2870.43 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.83 g; Tłuszcz: 101.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 392.61 g; suma cukrów prostych: 95.63 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.27 g; WW: 39.54 Por;

<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA</b>		
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> ), Szyńka cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pietruszkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <i>GLU</i> ), Bukiet warzyw 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> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2858.42 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 115.46 g; Tłuszcz: 94.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 401.93 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; WW: 40.45 Por;

<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400ml ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Ogórek 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 8g ( <i>MLE</i> ), Szyńka wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 50g ,	<b>Podwieczerek:</b> Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150ml ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3041.37 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 130.24 g; Tłuszcz: 113.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 403.91 g; suma cukrów prostych: 72.11 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 58.94 g; WW: 40.74 Por;

<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400ml ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńka cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 8g ( <i>MLE</i> ), Szyńka wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 50g ,	<b>Podwieczerek:</b> Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150ml ( <i>MLE</i> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Chleb razowy 40g ( <i>GLU</i> ), Masło extra 82% 4g ( <i>MLE</i> ), Serek topiony w plastrach 1szt ( <i>MLE</i> ), Sałata zielona 5g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 3226.81 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 135.71 g; Tłuszcz: 122.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.87 g; Węglowodany ogółem: 426.42 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Sól: 8.92 g; Błonnik pokarmowy: 62.30 g; WW: 42.99 Por;

<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D WEGETARIAŃSKA</b>		
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> ), Serek homogenizowany z koperkiem 60g ( <i>MLE</i> ), Ogórek 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Kotlety z kaszy gryczanej z fasolą 2szt ( <i>JAJ</i> ), Sos pieczarkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Bukiet warzyw 130g , Surówka z marchewki i jabłka 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> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2804.13 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 110.79 g; Tłuszcz: 96.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 395.42 g; suma cukrów prostych: 101.46 g; Sól: 6.44 g; Błonnik pokarmowy: 47.41 g; WW: 39.96 Por;

<b>środa 2025-01-08      Jadłospis dla diety: D BEZMLECZNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manna na mleku sojowym 400ml ( <i>GLU, SOJ</i> ), Chleb baltonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Chleb razowy 70g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g , Szyńka cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Mix sałat 10g , Ogórek 90g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml , Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka 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 , Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2772.14 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 106.61 g; Tłuszcz: 93.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; suma cukrów prostych: 80.73 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.75 g; WW: 38.88 Por;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-01-08		Jadłospis dla diety: D BOGATOBIAŁKOWA
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńska cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Szyńska wiśniowa 40g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pietruszkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <i>GLU</i> ), Bukiet warzyw 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> ), Połędwica z kurcząt 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2977.38 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 133.11 g; Tłuszcz: 98.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 405.45 g; suma cukrów prostych: 86.49 g; Sól: 8.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g; WW: 40.86 Por;

środa 2025-01-08		Jadłospis dla diety: D PRZECIERANA
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńska cygańska mielona 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pietruszkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Ziemniaki 200g , Bukiet warzyw 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> ), Jajko mielone 2szt ( <i>JAJ</i> ), Pomidor bez skórki rozdrobniony 100g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2730.04 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 113.31 g; Tłuszcz: 90.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 379.69 g; suma cukrów prostych: 86.34 g; Sól: 7.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; WW: 38.15 Por;

środa 2025-01-08		Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA BEZMLECZNA
Zupa mleczna z kaszą manna na mleku sojowym 400ml ( <i>GLU, SOJ</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło roślinne 20g , Szyńska cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pietruszkowy b/śmietany 80ml , Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <i>GLU</i> ), Bukiet warzyw 130g , Kompot b/c 300ml , Cukier 15g ,	Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło roślinne 20g , Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2758.31 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 105.23 g; Tłuszcz: 86.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 394.61 g; suma cukrów prostych: 69.70 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; WW: 39.81 Por;

środa 2025-01-08		Jadłospis dla diety: D ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU
Zupa mleczna z kaszą manna 400ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb bałtonowski 90g ( <i>GLU</i> ), Bułka wrocławska 70g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło extra 82% 20g ( <i>MLE</i> ), Szyńska cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Cukier 15g , Pomidor 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pietruszkowy 80ml ( <i>MLE</i> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <i>GLU</i> ), Bukiet warzyw 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> ), Połędwica z kurcząt 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]: 2634.17 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 99.58 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 401.20 g; suma cukrów prostych: 84.60 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; WW: 40.30 Por;

środa 2025-01-08		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;

środa 2025-01-08		Jadłospis dla diety: D CUKRZYCA 5 POSIŁKÓW BEZMLECZNA
Zupa mleczna z płatkami żytnimi na mleku sojowym 400ml ( <i>SOJ</i> ), Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g , Szyńska cygańska 45g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Herbata z cytryną b/cukru 350ml , Ogórek 90g , Mix sałat 10g ,	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400ml ( <i>SEL</i> ), Filet kurczaka pieczony 100g , Sos pieczarkowy bez śmietany 80ml , Kasza gryczana na sypko 200g , Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130g , Kompot b/c 300ml ,	Chleb razowy 160g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 20g , Jajko 2szt ( <i>JAJ</i> ), Papryka świeża 90g , Mix sałat 10g , Herbata z cytryną b/cukru 350ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 80g ( <i>GLU</i> ), Masło roślinne 8g , Szyńska wiśniowa 20g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Pomidor 50g ,	Podwieczorek: Mus truskawkowy b/c 150ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal]: 2913.40 kcal; Białko ogółem wg rozp. 1169/2011: 116.61 g; Tłuszcz: 103.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.01 g; Węglowodany ogółem: 399.27 g; suma cukrów prostych: 59.96 g; Sól: 7.80 g; Błonnik pokarmowy: 62.58 g; WW: 40.42 Por;

Dietetyk

.....