

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Dżem porcjowy 25g, Skyr naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), papryka 70g, Ryż na mleku 350ml ( <b>MLE</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot z owoców mrożonych 250ml, Jabłka 120g,	Chleb pszenno żytni 110g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z ryby wędzonej 60g ( <b>RYB</b> ), pomidory 60g, Serek Almette mini 30g ( <b>MLE</b> ), Kawa z mlekiem 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2019.80 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 44.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.92 g; Węglowodny przyswajalne: 285.24 g; w tym cukry: 88.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g; Sól: 7.42 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Dżem porcjowy 25g, Skyr naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), pomidory 60g, Ryż na mleku 350ml ( <b>MLE</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron gotowany z serem 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Jabłka 120g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ, MLE</b> ), pomidory 60g, Serek Almette mini 30g ( <b>MLE</b> ), Kawa z mlekiem 250g ( <b>GLU, MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2222.22 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; Węglowodny przyswajalne: 321.72 g; w tym cukry: 98.48 g; Błonnik pokarmowy: 17.17 g; Sól: 5.45 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Jajko gotowane 100g ( <b>JAJ</b> ), Skyr naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), pomidory 60g, Herbata b/cukru 250ml,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350g ( <b>GLU, MLE</b> ), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z ryby wędzonej 60g ( <b>RYB</b> ), Serek Almette mini 30g ( <b>MLE</b> ), pomidory 60g, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Ser topiony 20g ( <b>MLE</b> ), Chleb razowy 25g ( <b>GLU</b> ),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 300g,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1788.84 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.70 g; Węglowodny przyswajalne: 215.82 g; w tym cukry: 39.25 g; Błonnik pokarmowy: 37.06 g; Sól: 9.40 g;

piątek 2024-03-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Dżem porcjowy 25g, Skyr naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), Ryż na mleku dzieci 250ml ( <b>MLE</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron gotowany z serem 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ, MLE</b> ), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	Podwieczorek: Jabłka 120g,	Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1749.76 kcal; Białko ogółem: 73.18 g; Tłuszcz: 44.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.16 g; Węglowodny przyswajalne: 258.16 g; w tym cukry: 86.35 g; Błonnik pokarmowy: 14.99 g; Sól: 4.18 g;

Dietetyk

.....