

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa		
Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Płatki owsiane na mleku 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pasta warzywna 80g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), pomidory 60g, sałata 15g, Herbata z cytryną 250ml,	Pieczarkowa z makaronem 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kotlet rybny smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Surówka z kiszanej kapusty 150g, Ziemniaki gotowane 250g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Chleb pszenno żytni 110g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj i majonezem i szczypiorem 60g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ), ogórek św. 60g, Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem 250g ( <b>GLU, MLE</b> ),
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.39 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; Węglowodny przyswajalne: 288.35 g; w tym cukry: 78.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Sól: 4.88 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna		
Bułka Kielecka 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Płatki owsiane na mleku 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pasta warzywna 80g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), sałata 15g, pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Makaron gotowany z serem 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot z owoców mrożonych 250ml, banan 120g,	Bułka Kielecka 100g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Dżem porcjowy 25g, Kawa z mlekiem 250g ( <b>GLU, MLE</b> ),
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2363.37 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.81 g; Węglowodny przyswajalne: 330.02 g; w tym cukry: 101.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; Sól: 4.18 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Pasta warzywna 80g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLE</b> ), pomidory 60g, sałata 15g, Herbata b/cukru 250ml,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), Kotlet rybny smażony 100g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kiszanej kapusty 130g, kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml,	Chleb razowy 100g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj jagurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Kielbasa drobiowa 30g ( <b>SOJ</b> ), ogórek św. 60g, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Chleb razowy 25g ( <b>GLU</b> ), Ser topiony 25g ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: jabłka 120g,	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2018.44 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.70 g; Węglowodny przyswajalne: 232.13 g; w tym cukry: 41.70 g; Błonnik pokarmowy: 36.05 g; Sól: 5.70 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci		
Bułka Kielecka 60g ( <b>GLU</b> ), masło 82% 13g ( <b>MLE</b> ), Płatki owsiane na mleku dzieci 250ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Pasta warzywna 80g ( <b>GLU, SOJ</b> ), sałata 15g, pomidory 60g,	Kalafiorowa 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, Kawa z mlekiem dzieci 250g ( <b>GLU, MLE</b> ),
II Śniadanie: Herbatniki 30g ( <b>GLU, MLE</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	Podwieczorek: banan 120g,	Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1851.68 kcal; Białko ogółem: 63.50 g; Tłuszcz: 56.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.94 g; Węglowodny przyswajalne: 263.37 g; w tym cukry: 93.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.74 g; Sól: 3.22 g;

Dietetyk

.....