

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-04-12 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</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350g ( <b>GLU</b> , <b>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</b> , <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2029.32 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.93 g; Węglowodny przyswajalne: 286.36 g; w tym cukry: 88.10 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; Sól: 7.42 g;

piątek 2024-04-12 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</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron gotowany z serem 300g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Jabłka 120g, Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 100g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), pomidory 60g, Serek Almette mini 30g ( <b>MLE</b> ), Kawa z mlekiem 250g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2227.99 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; Węglowodny przyswajalne: 322.73 g; w tym cukry: 97.79 g; Błonnik pokarmowy: 17.04 g; Sól: 5.44 g;

piątek 2024-04-12 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</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron pełnoziarnisty z kapustą i pieczarkami gotowany 350g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml, Sok pomidorowy 300g,	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,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny zott 180g ( <b>MLE</b> ), Krakersy 15g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłka 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1891.95 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 48.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.72 g; Węglowodny przyswajalne: 237.76 g; w tym cukry: 54.91 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sól: 9.40 g;

piątek 2024-04-12 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, pomidory 60g,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> , <b>SEL</b> ), Makaron gotowany z serem 300g ( <b>GLU</b> , <b>MLE</b> ), Kompot z owoców mrożonych 250ml,	Bułka Kielecka 60g ( <b>GLU</b> ), margaryna z omega 3 10g, Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g ( <b>JAJ</b> , <b>MLE</b> ), pomidory 60g, Herbata z cytryną 250ml,
<b>II Śniadanie:</b> Ciasto drożdżowe 50g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), Herbata z cytryną 250ml,	<b>Podwieczorek:</b> Jabłka 120g,	<b>Posiłek nocny:</b> Przecier burak-jabłko 250g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1774.14 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 44.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.94 g; Węglowodny przyswajalne: 263.43 g; w tym cukry: 88.18 g; Błonnik pokarmowy: 15.58 g; Sól: 4.27 g;

Dietetyk

.....