Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2024-05-20	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kasza manna na mleku 350ml (***GLU, MLE***), sałata lodowa 30g , Herbata z cytryną 250ml , Jajko gotowane 2 szt 100g (***JAJ***), Kiełbasa drobiowa 40g (***SOJ***), papryka 70g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Makaron pełnoziarnisty z mięsem i kapustą 350g (***GLU***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Dżem porcjowy 25g , Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), pomidory 60g , Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.25 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.10 g; Węglowodny przyswajalne: 288.44 g; w tym cukry: 84.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; Sól: 5.42 g;

poniedziałek 2024-05-20	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kasza manna na mleku 350ml (***GLU, MLE***), pomidory 60g , sałata lodowa 30g , Herbata z cytryną 250ml , Jajko gotowane 2 szt 100g (***JAJ***), Kiełbasa drobiowa 50g (***SOJ***),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Klops gotowany dieta 90g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150g (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Dżem porcjowy 25g , Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Jabłka 120g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.24 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.90 g; Węglowodny przyswajalne: 323.17 g; w tym cukry: 97.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; Sól: 4.81 g;

poniedziałek 2024-05-20	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 90g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), sałata lodowa 30g , Herbata b/cukru 250ml , Kiełbasa drobiowa 50g (***SOJ***), Jajko gotowane 2 szt 100g (***JAJ***), papryka 70g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Klops gotowany dieta 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (***MLE***), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa szynkowa 40g (***SOJ***), pomidory 60g , Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: Wafle ryżowe 30g , Herbata b/cukru 250ml ,	**Podwieczorek:** Kisiel surówkowy 150ml ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.26 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; Węglowodny przyswajalne: 279.65 g; w tym cukry: 73.44 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; Sól: 5.59 g;

poniedziałek 2024-05-20	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kasza manna na mleku dzieci 250ml (***GLU, MLE***), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml , sałata lodowa 30g , Kiełbasa drobiowa 30g (***SOJ***), Jajko gotowane 50g (***JAJ***),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Klops gotowany dzieci 90g (***GLU, JAJ***), Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 100g (***GLU, MLE***), Ziemniaki pure dzieci 170g (***MLE***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Dżem porcjowy 25g , Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: Mandarynka 100g ,	**Podwieczorek:** Kisiel surówkowy 150ml ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 200g 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1842.73 kcal; Białko ogółem: 72.51 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.71 g; Węglowodny przyswajalne: 396.77 g; w tym cukry: 99.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.92 g; Sól: 3.43 g;

Dietetyk

.....

Wydrukował: Administrator, **Data i godzina wydruku:** 2024-05-16 12:25:21

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
wtorek 2024-05-21	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 50g (***SOJ***), Serek Almette mini 30g (***MLE***), ogórek św. 60g , Herbata z cytryną 250ml , Zacierka na mleku 350ml (***GLU, MLE***),	Ogórkowa z ziemniakami 350ml 350g (***GLU, MLE, SEL***), Gulasz wieprzowy 200g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna na sypko 200g (***GLU, MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem 60g (***RYB, MLE***), Skyr naturalny 150g (***MLE***), papryka 70g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.34 kcal; Białko ogółem: 115.46 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Węglowodny przyswajalne: 277.76 g; w tym cukry: 74.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; Sól: 7.33 g;

wtorek 2024-05-21	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 50g (***SOJ***), Serek Almette mini 30g (***MLE***), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml , Zacierka na mleku 350ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Gulasz drobiowy gotowany 200g (***GLU, MLE, SEL***), Kasza jęczmienna na sypko 200g (***GLU, MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa polędwica 30g , Skyr naturalny 150g (***MLE***), pomidory 60g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.99 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; Węglowodny przyswajalne: 287.90 g; w tym cukry: 79.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Sól: 6.70 g;

wtorek 2024-05-21	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 50g (***SOJ***), Serek Almette mini 60g (***MLE***), ogórek św. 60g , Herbata b/cukru 250ml ,	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Gulasz drobiowy gotowany 200g (***GLU, MLE, SEL***), Kasza jęczmienna na sypko 200g (***GLU, MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g , kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Skyr naturalny 150g (***MLE***), Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem 60g (***RYB, MLE***), papryka 70g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: krakersy 15g (***GLU, JAJ***), Kisiel surówkowy 150ml ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Pasta warzywna 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.27 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 47.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.01 g; Węglowodny przyswajalne: 260.09 g; w tym cukry: 70.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sól: 7.47 g;

wtorek 2024-05-21	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), pomidory 60g , Szynka wędzona 30g (***SOJ***), Serek Almette mini 30g (***MLE***), Herbata z cytryną 250ml , Zacierka na mleku dzieci 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa z ziemniakami z mroż. 300g (***GLU, MLE, SEL***), Gulasz drobiowy gotowany dzieci 200g (***MLE, SEL***), Surówka z marchwi i jabłka 150g , Kasza jęczmienna na sypko 200g (***GLU, MLE***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , pomidory 60g , Kiełbasa polędwica 30g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***), Skyr naturalny 150g (***MLE***),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml ,	**Podwieczorek:** banan 120g ,	**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1790.35 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 44.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.48 g; Węglowodny przyswajalne: 238.95 g; w tym cukry: 103.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g; Sól: 5.25 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-22	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 15g (***MLE***), Płatki owsiane na mleku 350ml (***GLU, MLE***), Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), sałata 15g , Herbata z cytryną 250ml , Pomidorki koktajlowe 60g ,	Kapuśniak ze świeżej kapusty 350g (***GLU, SEL***), Filet drobiowy panierowany 110g (***GLU, JAJ, MLE***), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki oprószane 150g (***GLU, MLE***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa polędwica 40g , Dżem porcjowy 25g , sałata 15g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.38 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.19 g; Węglowodny przyswajalne: 293.30 g; w tym cukry: 94.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.60 g; Sól: 5.35 g;

środa 2024-05-22	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Herbata z cytryną 250ml , jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), Płatki owsiane na mleku 350ml (***GLU, MLE***), sałata 15g , Pomidorki koktajlowe 60g ,	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Schab gotowany 55g (***SEL***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki oprószane 150g (***GLU, MLE***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), Kiełbasa polędwica 40g , Dżem porcjowy 25g , sałata 15g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.63 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.14 g; Węglowodny przyswajalne: 301.86 g; w tym cukry: 92.71 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g; Sól: 4.90 g;

środa 2024-05-22	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Herbata b/cukru 250ml , Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), Pomidorki koktajlowe 60g , sałata 15g ,	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (***GLU, MLE, SEL***), Schab gotowany 55g (***SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Buraki oprószane 150g (***GLU, MLE***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 15g , ser żółty 40g (***MLE***), Kiełbasa polędwica 40g , sałata 15g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: Kisiel bez cukru 150ml ,	**Podwieczorek:** Kefir 150g (***MLE***), Krakersy 20g (***GLU, JAJ***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2068.52 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; Węglowodny przyswajalne: 259.75 g; w tym cukry: 67.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g; Sól: 6.34 g;

środa 2024-05-22	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Herbata z cytryną 250ml , Serek Almette mini 30g (***MLE***), Pomidorki koktajlowe 60g , Płatki owsiane na mleku dzieci 250ml (***GLU, MLE***), Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***),	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350g (***GLU, SEL***), Schab gotowany 55g (***SEL***), Buraki oprószane 130g (***GLU, MLE***), Ziemniaki pure dzieci 170g (***MLE***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 50g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , sałata 15g , Kiełbasa polędwica 30g , Dżem porcjowy 25g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: Kisiel słodzony 150ml ,	**Podwieczorek:** biszkopty 20g (***GLU***), Herbata z cytryną 250ml ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1729.51 kcal; Białko ogółem: 68.12 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.89 g; Węglowodny przyswajalne: 234.69 g; w tym cukry: 97.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; Sól: 3.53 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-23	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 15g (***MLE***), Płatki jęczmienne na mleku 350ml (***GLU, MLE***), Pasta z jaj z majonezem i szczypiorem 60g (***JAJ, MLE, GOR***), sałata 15g , Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), Herbata z cytryną 250ml ,	Rosół z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Udko gotowane 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150g (***GLU, MLE***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa drobiowa 40g (***SOJ***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), pomidory 60g ,
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2280.62 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.53 g; Węglowodny przyswajalne: 269.41 g; w tym cukry: 64.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Sól: 7.72 g;

czwartek 2024-05-23	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), Płatki jęczmienne na mleku 350ml (***GLU, MLE***), sałata 15g , Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), Herbata z cytryną 250ml ,	Rosół z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana z bułka tartą 150g (***GLU, MLE***), Udko gotowane 120g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa drobiowa 40g (***SOJ***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Pomidory 60g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.62 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.48 g; Węglowodny przyswajalne: 279.34 g; w tym cukry: 66.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g; Sól: 7.47 g;

czwartek 2024-05-23	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Herbata b/cukru 250ml , Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), sałata 15g , Herbata b/cukru 250ml ,	Krupnik z ryżu 350g (***SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (***MLE***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Udko gotowane 120g , kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa drobiowa 40g (***SOJ***), pomidory 60g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***),
II Śniadanie: jogurt naturalny zott 150g (***MLE***), Podpłomyki bez cukru 18g (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń bez cukru 150ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2075.02 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; Węglowodny przyswajalne: 243.39 g; w tym cukry: 55.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g; Sól: 7.26 g;

czwartek 2024-05-23	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Herbata z cytryną 250ml , Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), sałata 15g , Kiełbasa krakowska 20g (***GLU***),	Rosół z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (***MLE***), Ziemniaki pure dzieci 170g (***MLE***), Sos bazyliowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml , Udko gotowane 120g ,	Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Kiełbasa drobiowa 30g (***SOJ***), Pomidory 60g ,
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 30g (***GLU, JAJ***), Herbata z cytryną 250ml ,	**Podwieczorek:** Budyń słodzony 150ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Przecier burak-jabłko 250g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1965.76 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.25 g; Węglowodny przyswajalne: 237.91 g; w tym cukry: 77.56 g; Błonnik pokarmowy: 17.28 g; Sól: 5.63 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-24	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kasza manna na mleku 350ml (***GLU, MLE***), Dżem porcjowy 25g , Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), papryka 70g , sałata 15g , Herbata z cytryną 250ml ,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Surówka z kiszonej kapusty 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml , Kotlet mielony z ryby smażony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane 250g ,	Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , ogórek św. 60g , Szynka wędzona 40g (***SOJ***), Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), Serek Almette mini 30g (***MLE***),
		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.73 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 65.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.55 g; Węglowodny przyswajalne: 282.65 g; w tym cukry: 76.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; Sól: 6.41 g;

piątek 2024-05-24	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Dżem porcjowy 25g , Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), sałata 15g , pomidory 60g , Kasza manna na mleku 350ml (***GLU, MLE***), Herbata z cytryną 250ml ,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Ryż ze śmietaną 350g (***MLE***), Mus owocowo warzywny 1szt , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Serek Almette mini 30g (***MLE***), Szynka wędzona 40g (***SOJ***), pomidory 60g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Skyr naturalny 150g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.84 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.62 g; Węglowodny przyswajalne: 341.91 g; w tym cukry: 97.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.20 g; Sól: 5.01 g;

piątek 2024-05-24	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Jajko gotowane 50g (***JAJ***), Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), papryka 70g , sałata 15g , Herbata b/cukru 250ml ,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet rybny smażony 100g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kiszonej kapusty 150g , kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Szynka wędzona 40g (***SOJ***), pomidory 60g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***), Serek Almette mini 30g (***MLE***),
II Śniadanie: Kisiel surówkowy 150ml ,	**Podwieczorek:** Jabłka 120g ,	**Posiłek nocny:** Skyr naturalny 150g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1982.82 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.53 g; Węglowodny przyswajalne: 220.88 g; w tym cukry: 48.20 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sól: 5.94 g;

piątek 2024-05-24	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Dżem porcjowy 25g , Pasta warzywna 80g (***GLU, SOJ***), pomidory 60g , sałata 15g , Kasza manna na mleku dzieci 250ml (***GLU, MLE***), Herbata z cytryną 250ml ,	Jarzynowa z ziemniakami z mroż. 350g (***GLU, MLE, SEL***), Ryż ze smietaną dzieci 250g (***MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Serek Almette mini 30g (***MLE***), Szynka wędzona 30g (***SOJ***), Herbata z cytryną 250ml , pomidory 60g ,
II Śniadanie: Kisiel słodzony 150ml ,	**Podwieczorek:** banan 120g ,	**Posiłek nocny:** Skyr naturalny 150g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1976.30 kcal; Białko ogółem: 65.80 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.05 g; Węglowodny przyswajalne: 285.90 g; w tym cukry: 113.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g; Sól: 4.85 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
sobota 2024-05-25	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa 30g (***SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), sałata 15g , Płatki owsiane na mleku 350ml (***GLU, MLE***), Herbata z cytryną 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (***GLU, MLE***), Klops gotowany dieta 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane 250g , Marchewka oprószana 150g (***GLU, MLE***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , ser żółty 50g (***MLE***), Dżem porcjowy 25g , papryka 70g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.60 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g; Węglowodny przyswajalne: 289.86 g; w tym cukry: 82.37 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; Sól: 7.12 g;

sobota 2024-05-25	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa 30g (***SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), sałata 15g , Herbata z cytryną 250ml , Płatki owsiane na mleku 350ml (***GLU, MLE***),	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (***GLU, MLE***), Klops gotowany dieta 90g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Kompot z owoców mrożonych 250ml , Marchewka oprószana 150g (***GLU, MLE***),	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Twaróg ze śmietaną 70g (***MLE***), Dżem porcjowy 25g , pomidory 60g , Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***),
		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.66 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.54 g; Węglowodny przyswajalne: 303.90 g; w tym cukry: 86.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g; Sól: 6.02 g;

sobota 2024-05-25	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa 40g (***SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), ogórki kiszone 60g , Herbata b/cukru 250ml ,	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 350g (***GLU, MLE***), Klops gotowany dieta 90g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Marchewka oprószana 150g (***GLU, MLE***), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , ser żółty 50g (***MLE***), Jajko gotowane 50g (***JAJ***), Pomidory 60g , kawa z mlekiem b/cukru 250g (***GLU, MLE***),
II Śniadanie: Przekąska jogurt + zboża 1szt (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel bez cukru 150ml ,	**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1862.94 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; Węglowodny przyswajalne: 209.47 g; w tym cukry: 60.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g; Sól: 8.38 g;

sobota 2024-05-25	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa 30g (***SOJ***), jogurt naturalny zott 180g (***MLE***), sałata 15g , Płatki owsiane na mleku dzieci 250ml (***GLU, MLE***),	Zalewajka z ziemniakami i wędzonką 250g (***GLU, MLE***), Klops gotowany dzieci 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki pure dzieci 170g (***MLE***), Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Fasolka szparagowa gotowana z masłem 150g (***MLE***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , twarożek zmiksowany 40g (***MLE***), Dżem porcjowy 25g , Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***), Pomidory 60g ,
II Śniadanie: Przekąska jogurt + zboża 1szt (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel słodzony 150ml ,	**Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 300g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1824.75 kcal; Białko ogółem: 73.58 g; Tłuszcz: 54.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.28 g; Węglowodny przyswajalne: 320.78 g; w tym cukry: 93.84 g; Błonnik pokarmowy: 16.90 g; Sól: 4.68 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-26	**Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 40g (***SOJ***), Jabłka 120g , Ser topiony 45g (***MLE***), Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), Pomidory 60g ,	Udko pieczone 120g , Ćwikła z jabłkami 150g , Ziemniaki gotowane 250g , Kompot z owoców mrożonych 250ml , Pomidorowa z makaronem 350g (***GLU, MLE, SEL***),	Pasta z jaj z majonezem i szczypiorem 60g (***JAJ, MLE, GOR***), Chleb pszenno żytni 110g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), ogórek św. 60g , Herbata z cytryną 250ml ,
		Posiłek nocny: banan 200g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.58 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; Węglowodny przyswajalne: 255.52 g; w tym cukry: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g; Sól: 5.83 g;

niedziela 2024-05-26	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna**	
Bułka Kielecka 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Szynka wędzona 40g (***SOJ***), Kawa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), Jabłka 120g , Pomidory 60g ,	Pomidorowa z makaronem 350g (***GLU, MLE, SEL***), Udko gotowane 120g , Sos pietruszkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Ziemniaki gotowane 250g , Ćwikła z jabłkami 150g , Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml ,
		Posiłek nocny: banan 200g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.48 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 72.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.71 g; Węglowodny przyswajalne: 278.90 g; w tym cukry: 87.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g; Sól: 4.90 g;

niedziela 2024-05-26	**Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 40g (***SOJ***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Jabłka 120g , Herbata b/cukru 250ml , Pomidory 60g ,	Pomidorowa z makaronem 350g (***GLU, MLE, SEL***), Udko gotowane 120g , Ćwikła z jabłkami 130g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), kompot z owoców mroż.b/cukru 250ml ,	Chleb razowy 100g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), Kiełbasa krakowska 30g (***GLU***), pomidory 60g , Herbata b/cukru 250ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 25g (***GLU***), Pasta warzywna 25g (***GLU, SOJ***),	**Podwieczorek:** Kisiel surówkowy 150ml ,	**Posiłek nocny:** Przekąska jogurt + zboża 1szt (***GLU, MLE***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.52 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 66.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.28 g; Węglowodny przyswajalne: 252.81 g; w tym cukry: 67.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; Sól: 5.43 g;

niedziela 2024-05-26	**Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna dzieci**	
Bułka Kielecka 60g (***GLU***), masło 82% 13g (***MLE***), Szynka wędzona 30g (***SOJ***), Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLE***), Kawa z mlekiem dzieci 250g (***GLU, MLE***), Pomidory 60g ,	Pomidorowa z makaronem 350g (***GLU, MLE, SEL***), Udko gotowane 120g , Ćwikła z jabłkami 130g , Ziemniaki pure dzieci 170g (***MLE***), Sos pietruszkowy 100ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot z owoców mrożonych 250ml ,	Bułka Kielecka 60g (***GLU***), margaryna z omega 3 10g , Pasta z jaj z jogurtem i koperkiem 70g (***JAJ, MLE***), pomidory 60g , Herbata z cytryną 250ml , Kiełbasa krakowska 20g (***GLU***),
II Śniadanie: Jabłka 120g ,	**Podwieczorek:** Kisiel surówkowy 150ml ,	**Posiłek nocny:** banan 200g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1920.32 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; Węglowodny przyswajalne: 246.10 g; w tym cukry: 101.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.16 g; Sól: 3.60 g;

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone