

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|--|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2023-12-04 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g, Surówka wielowarzywna. 150 g (GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kielbasa smażona z cebulką. 80 g (SOJ,), musztarda 15 g (GOR, SO2,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g, |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2391.32 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 90.02 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; Wapń: 704.95 mg; Żelazo: 13.02 mg; Potas: 3724.98 mg; Sól: 14.9 g; Fosfor: 1555 mg; Witamina D: 4.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1344.64 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 124.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.5 g; suma cukrów prostych: 69.31 g; | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g, Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,), | Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy DZ 60 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka wielowarzywna DZ 100 g (GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretkę owocową DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Kielbasa smażona z cebulką DZ 60 g (SOJ,), musztarda 10 g (GOR, SO2,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g, |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1842.94 kcal; Białko ogółem: 65.51 g; Tłuszcz: 69.14 g; Węglowodany ogółem: 252.32 g; Wapń: 549.79 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 2883.49 mg; Sól: 12.89 g; Fosfor: 1143.92 mg; Witamina D: 1.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1100.96 ug; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 96.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.15 g; suma cukrów prostych: 62.85 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | |
|---|---|---|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2340.54 kcal; Białko ogółem: 85.14 g; Tłuszcz: 78.21 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; Wapń: 672.19 mg; Żelazo: 11.98 mg; Potas: 3754.04 mg; Sól: 16.03 g; Fosfor: 1405.13 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1159.6 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 94.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,), | Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretką owocową DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1839.06 kcal; Białko ogółem: 65.98 g; Tłuszcz: 63.95 g; Węglowodany ogółem: 251.04 g; Wapń: 541.51 mg; Żelazo: 9.05 mg; Potas: 3031.17 mg; Sól: 13.8 g; Fosfor: 1102.91 mg; Witamina D: .93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1064.6 ug; Witamina B6: 1.9 mg; Witamina C: 79.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; suma cukrów prostych: 66.97 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1709.04 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 286.1 g; Wapń: 245.22 mg; Żelazo: 9.64 mg; Potas: 3233.91 mg; Sól: 13.23 g; Fosfor: 1101.18 mg; Witamina D: 2.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 940.61 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 87.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.01 g; suma cukrów prostych: 56.9 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|---|--|--|--|
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1740.87 kcal; Białko ogółem: 91.66 g; Tłuszcz: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 271.05 g; Wapń: 537.65 mg; Żelazo: 10.61 mg; Potas: 3659.9 mg; Sól: 13.82 g; Fosfor: 1409.2 mg; Witamina D: 2.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 996.83 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 91.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.3 g; suma cukrów prostych: 26.67 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka wielowarzywna. 150 g (GOR,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2037.76 kcal; Białko ogółem: 85.3 g; Tłuszcz: 71.72 g; Węglowodany ogółem: 262.41 g; Wapń: 619.02 mg; Żelazo: 13.83 mg; Potas: 3938.87 mg; Sól: 16.27 g; Fosfor: 1570.69 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1511.64 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 140.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g; suma cukrów prostych: 28.7 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1790.6 kcal; Białko ogółem: 61.99 g; Tłuszcz: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 294.34 g; Wapń: 305.54 mg; Żelazo: 11.31 mg; Potas: 3641.67 mg; Sól: 13.33 g; Fosfor: 954.29 mg; Witamina D: 3.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1837.54 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 144.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.56 g; suma cukrów prostych: 29.89 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|--|---|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1788.35 kcal; Białko ogółem: 60.68 g; Tłuszcz: 42.86 g; Węglowodany ogółem: 294.51 g; Wapń: 292.8 mg; Żelazo: 10.32 mg; Potas: 3202.28 mg; Sól: 13.31 g; Fosfor: 924.72 mg; Witamina D: 3.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1824.4 ug; Witamina B6: 2.1 mg; Witamina C: 114.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g; suma cukrów prostych: 59.62 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2535.32 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; Wapń: 889.73 mg; Żelazo: 12.92 mg; Potas: 4452.05 mg; Sól: 16.94 g; Fosfor: 1760.37 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1355.11 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 115.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; suma cukrów prostych: 74.49 g; | | | |
| poniedziałek 2023-12-04 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2080.67 kcal; Białko ogółem: 80.44 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; Wapń: 215.24 mg; Żelazo: 10.82 mg; Potas: 3350.36 mg; Sól: 15.75 g; Fosfor: 1084.5 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1057.68 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 89.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g; suma cukrów prostych: 57.56 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| wtorek 2023-12-05 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka kons. baton 50 g (GLU, SOJ, GOR,), rzodkiew 50 g , | Zupa fasolowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g (JAJ, MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2323.58 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 341.35 g; Wapń: 1129.51 mg; Żelazo: 14.14 mg; Potas: 4206.18 mg; Sól: 16.05 g; Fosfor: 1768 mg; Witamina D: 3.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2928.18 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 79.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.27 g; suma cukrów prostych: 76.27 g; | | |
| wtorek 2023-12-05 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka kons. baton 40 g (GLU, SOJ, GOR,), rzodkiew 40 g , | Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z marchwi i jabłka DZ 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g (JAJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1968.28 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 62 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; Wapń: 1232.63 mg; Żelazo: 10.1 mg; Potas: 3557.23 mg; Sól: 14.48 g; Fosfor: 1519.88 mg; Witamina D: 1.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2257.15 ug; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 83.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; suma cukrów prostych: 72.68 g; | | |
| wtorek 2023-12-05 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2087.32 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 53.83 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; Wapń: 684.14 mg; Żelazo: 9.68 mg; Potas: 3643.73 mg; Sól: 15.22 g; Fosfor: 1379.9 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2795.56 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 91.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; suma cukrów prostych: 76.16 g;

wtorek 2023-12-05**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

| | | |
|--|---|--|
| Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g | Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g , |
|--|---|--|

Wartości odżywcze: Energia kc: 1762.97 kcal; Białko ogółem: 73.19 g; Tłuszcz: 49.62 g; Węglowodany ogółem: 259.21 g; Wapń: 838.26 mg; Żelazo: 7.44 mg; Potas: 3241.08 mg; Sól: 13.66 g; Fosfor: 1254.37 mg; Witamina D: .83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2008.64 ug; Witamina B6: 1.89 mg; Witamina C: 90.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; suma cukrów prostych: 74.03 g;

wtorek 2023-12-05**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

| | | |
|---|---|---|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |
|---|---|---|

Wartości odżywcze: Energia kc: 1745.61 kcal; Białko ogółem: 77.34 g; Tłuszcz: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Wapń: 227.96 mg; Żelazo: 9.26 mg; Potas: 3041.06 mg; Sól: 14.82 g; Fosfor: 1050.98 mg; Witamina D: 2.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2561.16 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 86.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.7 g; suma cukrów prostych: 54.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|--|---|---|--|
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1738.51 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 33.6 g; Węglowodany ogółem: 280.08 g; Wapń: 488.38 mg; Żelazo: 9.85 mg; Potas: 3535.86 mg; Sól: 15.06 g; Fosfor: 1247.12 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2591 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 101.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 25.42 g; | | | |
| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
| chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (MLE,), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1986.21 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 56.7 g; Węglowodany ogółem: 279.64 g; Wapń: 1001.39 mg; Żelazo: 13.21 mg; Potas: 4498.63 mg; Sól: 15.24 g; Fosfor: 1808.25 mg; Witamina D: 3.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2847.57 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 118.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.62 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; suma cukrów prostych: 43.54 g; | | | |
| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1851.18 kcal; Białko ogółem: 64.6 g; Tłuszcz: 39.94 g; Węglowodany ogółem: 317.93 g; Wapń: 202.25 mg; Żelazo: 10.28 mg; Potas: 3466.43 mg; Sól: 16.58 g; Fosfor: 936.05 mg; Witamina D: 3.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3038.44 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 122.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; suma cukrów prostych: 22.03 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu |
|--|---|---|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1857.03 kcal; Białko ogółem: 63.29 g; Tłuszcz: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 320.1 g; Wapń: 189.53 mg; Żelazo: 9.29 mg; Potas: 3027.08 mg; Sól: 16.56 g; Fosfor: 906.48 mg; Witamina D: 3.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3025.3 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 91.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; suma cukrów prostych: 53.76 g; | | |
| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa |
| Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem .(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2314.13 kcal; Białko ogółem: 114.41 g; Tłuszcz: 58.85 g; Węglowodany ogółem: 335.77 g; Wapń: 895.85 mg; Żelazo: 11.22 mg; Potas: 4259.22 mg; Sól: 16.25 g; Fosfor: 1743.12 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2855.71 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 106.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; | | |
| wtorek 2023-12-05 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1909.52 kcal; Białko ogółem: 70.2 g; Tłuszcz: 39.71 g; Węglowodany ogółem: 323.84 g; Wapń: 193.92 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 3145.4 mg; Sól: 16.65 g; Fosfor: 983.25 mg; Witamina D: 3.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3039.31 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 91.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; suma cukrów prostych: 53.82 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2023-12-06 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ogórek kiszony 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i kielbasą. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z sera topionego , kielbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g (JAJ, SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2540.07 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 93.3 g; Węglowodany ogółem: 357.14 g; Wapń: 772.84 mg; Żelazo: 13.32 mg; Potas: 3759.56 mg; Sól: 18.21 g; Fosfor: 1547.76 mg; Witamina D: 4.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4340.17 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 90.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; suma cukrów prostych: 73.47 g; | | |
| środa 2023-12-06 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ogórek kiszony 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i kielbasą DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany. 65 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Surówka z marchwi i chrzanu DZ 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubuś 300 ml , | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2231.28 kcal; Białko ogółem: 71.63 g; Tłuszcz: 86.62 g; Węglowodany ogółem: 312.53 g; Wapń: 715.94 mg; Żelazo: 11.17 mg; Potas: 3353.13 mg; Sól: 15.25 g; Fosfor: 1314.57 mg; Witamina D: 2.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5144.79 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 85.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; | | |
| środa 2023-12-06 | | |
| Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2407.61 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 67.12 g; Węglowodany ogółem: 364.75 g; Wapń: 692.56 mg; Żelazo: 12.81 mg; Potas: 3897.02 mg; Sól: 15.63 g; Fosfor: 1486.7 mg; Witamina D: 4.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1667.15 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 90.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; suma cukrów prostych: 75.81 g; | | |
| środa 2023-12-06 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany. 65 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubaś 300 ml , | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2008.71 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 57.35 g; Węglowodany ogółem: 310.18 g; Wapń: 599.4 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 3380.03 mg; Sól: 13.34 g; Fosfor: 1201.38 mg; Witamina D: 1.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3299.93 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 81.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g; suma cukrów prostych: 85.87 g; | | |
| środa 2023-12-06 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1898.48 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Tłuszcz: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 318.4 g; Wapń: 253.91 mg; Żelazo: 11.85 mg; Potas: 3268.15 mg; Sól: 15.24 g; Fosfor: 1126.87 mg; Witamina D: 2.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1374.44 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 86.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g; suma cukrów prostych: 60.05 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|--|---|---|--|
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1899.48 kcal; Białko ogółem: 84.77 g; Tłuszcz: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 306.05 g; Wapń: 514.35 mg; Żelazo: 12.44 mg; Potas: 3762.99 mg; Sól: 15.49 g; Fosfor: 1323.01 mg; Witamina D: 2.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1404.28 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 101.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.5 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 33.06 g; | | | |
| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1942.16 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 56.73 g; Węglowodany ogółem: 283.48 g; Wapń: 563.07 mg; Żelazo: 13.48 mg; Potas: 4066.39 mg; Sól: 16.4 g; Fosfor: 1588.89 mg; Witamina D: 3.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3781.43 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 133.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.26 g; Błonnik pokarmowy: 44.35 g; suma cukrów prostych: 29.47 g; | | | |
| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przekier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2250.59 kcal; Białko ogółem: 69.21 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 378.29 g; Wapń: 245.28 mg; Żelazo: 13.37 mg; Potas: 3728.54 mg; Sól: 14.22 g; Fosfor: 1024.2 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1602.15 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 130.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.73 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; suma cukrów prostych: 33.52 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|--|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2261.29 kcal; Białko ogółem: 67.85 g; Tłuszcz: 55.09 g; Węglowodany ogółem: 381.68 g; Wapń: 232.01 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 3269.69 mg; Sól: 14.2 g; Fosfor: 993.32 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1588.43 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 98.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.59 g; Błonnik pokarmowy: 33 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; | | | |
| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany(2.00 porcje) 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2578.06 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 376.6 g; Wapń: 902.74 mg; Żelazo: 13.72 mg; Potas: 4406.04 mg; Sól: 15.9 g; Fosfor: 1759.5 mg; Witamina D: 4.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1695.65 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 105.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g; suma cukrów prostych: 75.81 g; | | | |
| środa 2023-12-06 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , | Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , dżem niskosłodzony 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2060.81 kcal; Białko ogółem: 71.14 g; Tłuszcz: 51.34 g; Węglowodany ogółem: 335.5 g; Wapń: 223.94 mg; Żelazo: 11.92 mg; Potas: 3253.26 mg; Sól: 15.22 g; Fosfor: 1042.89 mg; Witamina D: 3.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1525.57 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 92.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.39 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g; suma cukrów prostych: 76.39 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2023-12-07 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pieczeń węd 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), rzodkiew biała 50 g, Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), paprykarz szczeciński 110 g, pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2191.26 kcal; Białko ogółem: 79.86 g; Tłuszcz: 68.9 g; Węglowodany ogółem: 315.01 g; Wapń: 615.4 mg; Żelazo: 11.03 mg; Potas: 3482.8 mg; Sól: 13.67 g; Fosfor: 1299.59 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1637.72 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 93.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; suma cukrów prostych: 64.62 g; | | |
| czwartek 2023-12-07 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), pieczeń węd 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), rzodkiew biała 40 g, Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka DZ 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g, Surówka z pory i marchwi DZ 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), paprykarz szczeciński 110 g, pomidory 40 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1849.24 kcal; Białko ogółem: 66.09 g; Tłuszcz: 58.65 g; Węglowodany ogółem: 265.14 g; Wapń: 743.75 mg; Żelazo: 7.97 mg; Potas: 3059.38 mg; Sól: 11.75 g; Fosfor: 1139.26 mg; Witamina D: 1.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1281.15 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 79.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.09 g; suma cukrów prostych: 78.42 g; | | |
| czwartek 2023-12-07 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połówka sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2140.8 kcal; Białko ogółem: 89.2 g; Tłuszcz: 60.54 g; Węglowodany ogółem: 314 g; Wapń: 577.16 mg; Żelazo: 10.45 mg; Potas: 3402.47 mg; Sól: 16.19 g; Fosfor: 1356.48 mg; Witamina D: 4.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1324.24 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 74.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; suma cukrów prostych: 67.1 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | |
|---|---|---|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka DZ 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1812.19 kcal; Białko ogółem: 74.17 g; Tłuszcz: 52.6 g; Węglowodany ogółem: 263.3 g; Wapń: 727.63 mg; Żelazo: 8.11 mg; Potas: 3077.98 mg; Sól: 13.76 g; Fosfor: 1232 mg; Witamina D: 1.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1018.14 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 68.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.1 g; Błonnik pokarmowy: 16.3 g; suma cukrów prostych: 81.13 g; | | | |
| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1754.6 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz: 42 g; Węglowodany ogółem: 274.32 g; Wapń: 144.13 mg; Żelazo: 9.46 mg; Potas: 2801.48 mg; Sól: 15.76 g; Fosfor: 1006.17 mg; Witamina D: 3.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1082.74 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 70.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 49.73 g; | | | |
| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielony koperek 1 g , | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1733.96 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; Wapń: 185.47 mg; Żelazo: 10.19 mg; Potas: 3009.11 mg; Sól: 15.4 g; Fosfor: 1026.36 mg; Witamina D: 3.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1101.11 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 85.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 15.77 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|--|
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , | Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 60 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1796.35 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 51.57 g; Węglowodany ogółem: 263.09 g; Wapń: 279.65 mg; Żelazo: 13.7 mg; Potas: 3708.85 mg; Sól: 15.42 g; Fosfor: 1305.46 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2151.45 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 117.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.2 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g; suma cukrów prostych: 20.98 g; | | | |
| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU, MLE,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1869.85 kcal; Białko ogółem: 62.1 g; Tłuszcz: 46.24 g; Węglowodany ogółem: 309.3 g; Wapń: 188.64 mg; Żelazo: 10.77 mg; Potas: 3831.82 mg; Sól: 21.59 g; Fosfor: 918.95 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1329.85 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 131.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g; suma cukrów prostych: 24.33 g; | | | |
| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
| herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), | Zupa grysikowa 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Potrawka z kurczaka- nerkowa. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), | herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1905.23 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; Wapń: 177.57 mg; Żelazo: 9.97 mg; Potas: 3452.42 mg; Sól: 22.27 g; Fosfor: 952.4 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1327.4 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 102.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; suma cukrów prostych: 54.01 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa |
|---|---|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,), | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2331.69 kcal; Białko ogółem: 104.22 g; Tłuszcz: 67.94 g; Węglowodany ogółem: 330.28 g; Wapń: 799.42 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3923.9 mg; Sól: 15.77 g; Fosfor: 1554.04 mg; Witamina D: 4.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1581.61 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 94.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g; suma cukrów prostych: 68.17 g; | | |
| czwartek 2023-12-07 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), | Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka II 130 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1850.64 kcal; Białko ogółem: 73.85 g; Tłuszcz: 52.64 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; Wapń: 145.05 mg; Żelazo: 9.48 mg; Potas: 2802.73 mg; Sól: 15.78 g; Fosfor: 1006.86 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1211.52 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 70.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 49.77 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2023-12-08 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), ogórek świeży 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa górská 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlety ziemniaczane. 300 g (GLU, JAJ, SOJ,), Sos pieczarkowy 40 ml (GLU, MLE,), Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2381.61 kcal; Białko ogółem: 73 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 358.94 g; Wapń: 774.22 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 3550.95 mg; Sól: 13.07 g; Fosfor: 1549.69 mg; Witamina D: 6.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2882.08 ug; Witamina B6: 1.94 mg; Witamina C: 83.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; suma cukrów prostych: 89.18 g; | | |
| piątek 2023-12-08 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną DZ 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , ogórek świeży 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,), | Zupa górská DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlety ziemniaczane DZ 200 g (GLU, JAJ, SOJ,), Sos pieczarkowy DZ 30 ml (GLU, MLE,), Surówka z marchwi i jabłka DZ 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biskopki 20 g (GLU, JAJ, SOJ,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1978.9 kcal; Białko ogółem: 56.14 g; Tłuszcz: 70.06 g; Węglowodany ogółem: 284.84 g; Wapń: 603.61 mg; Żelazo: 8.23 mg; Potas: 2556.13 mg; Sól: 10.91 g; Fosfor: 1137.11 mg; Witamina D: 3.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2022.17 ug; Witamina B6: 1.34 mg; Witamina C: 63.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; suma cukrów prostych: 86.23 g; | | |
| piątek 2023-12-08 | | |
| Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa górská 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|--|
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2316.99 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 55.98 g; Węglowodany ogółem: 372.69 g; Wapń: 735.43 mg; Żelazo: 11.71 mg; Potas: 4030.24 mg; Sól: 13.78 g; Fosfor: 1456.06 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3800.8 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 110.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.62 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; suma cukrów prostych: 92.05 g; | | |
| piątek 2023-12-08 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną DZ 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,), | Zupa góraska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany DZ 55 g , pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1911.86 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 47.8 g; Węglowodany ogółem: 305.52 g; Wapń: 574.88 mg; Żelazo: 9.16 mg; Potas: 3234.07 mg; Sól: 11.64 g; Fosfor: 1145.83 mg; Witamina D: 1.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2742.77 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 92.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g; suma cukrów prostych: 88.85 g; | | |
| piątek 2023-12-08 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , | Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1940.72 kcal; Białko ogółem: 74.12 g; Tłuszcz: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 332.77 g; Wapń: 287.92 mg; Żelazo: 11.07 mg; Potas: 3419.45 mg; Sól: 13.38 g; Fosfor: 1095.46 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3587.78 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 106.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.5 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; suma cukrów prostych: 75.87 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|---|--|--|--|
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU, SKO,</i> <i>JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>), | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1857.12 kcal; Białko ogółem: 81 g; Tłuszcz: 40.46 g; Węglowodany ogółem: 299.52 g; Wapń: 541.84 mg; Żelazo: 11.51 mg; Potas: 3882.75 mg; Sól: 13.62 g; Fosfor: 1285.6 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3617.12 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 115.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; suma cukrów prostych: 29.33 g; | | | |
| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i>), Klops rybny. 80 g (<i>GLU, SKO,</i> <i>JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>), | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (<i>JAJ, MLE,</i>), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ,</i> <i>ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1874.41 kcal; Białko ogółem: 81.82 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 283.85 g; Wapń: 639.67 mg; Żelazo: 14.51 mg; Potas: 4291.1 mg; Sól: 13.45 g; Fosfor: 1547.21 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3776.69 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 127.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.49 g; Błonnik pokarmowy: 46.22 g; suma cukrów prostych: 32.1 g; | | | |
| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 50 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa góraska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i> <i>GRZ,</i>), Klops rybny- nerkowa. 60 g (<i>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</i>), Sos grecki 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL,</i> <i>GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (<i>JAJ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ,</i> <i>GOR,</i>), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1861.95 kcal; Białko ogółem: 61.35 g; Tłuszcz: 45.5 g; Węglowodany ogółem: 311.71 g; Wapń: 286.58 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 3614.26 mg; Sól: 13.33 g; Fosfor: 1006.33 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3712.92 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 130.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|--|--|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , | Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1944.3 kcal; Białko ogółem: 60.19 g; Tłuszcz: 44.29 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; Wapń: 280.36 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 3206.41 mg; Sól: 13.31 g; Fosfor: 982.76 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3700.28 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 106.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; suma cukrów prostych: 75.9 g; | | | |
| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2514.67 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 393.52 g; Wapń: 997.31 mg; Żelazo: 12.25 mg; Potas: 4361.91 mg; Sól: 14.25 g; Fosfor: 1669.92 mg; Witamina D: 4.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3848.46 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 112.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.91 g; suma cukrów prostych: 100.64 g; | | | |
| piątek 2023-12-08 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , | Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2033.66 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 45.91 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; Wapń: 243.19 mg; Żelazo: 11.23 mg; Potas: 3633.95 mg; Sól: 13.45 g; Fosfor: 1154.37 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3676.08 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 104.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.81 g; suma cukrów prostych: 74.3 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2023-12-09 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Makaron z sosem bolońskim 250 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2360.23 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; Wapń: 671.27 mg; Żelazo: 12.83 mg; Potas: 3353.4 mg; Sól: 14.78 g; Fosfor: 1391.25 mg; Witamina D: 4.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1250.88 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 105.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g; suma cukrów prostych: 65.8 g; | | |
| sobota 2023-12-09 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,), | Żurek z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Makaron z sosem bolońskim DZ 200 g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1897.81 kcal; Białko ogółem: 61.12 g; Tłuszcz: 65.23 g; Węglowodany ogółem: 270.26 g; Wapń: 524.23 mg; Żelazo: 9.25 mg; Potas: 2427.87 mg; Sól: 11.78 g; Fosfor: 1004.61 mg; Witamina D: 1.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1021 ug; Witamina B6: 1.46 mg; Witamina C: 85.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.6 g; Błonnik pokarmowy: 18.85 g; suma cukrów prostych: 70.97 g; | | |
| sobota 2023-12-09 | | |
| Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2418.66 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 75.72 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; Wapń: 674.23 mg; Żelazo: 14.71 mg; Potas: 3811.88 mg; Sól: 14.47 g; Fosfor: 1521.17 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 821.69 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 73.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; suma cukrów prostych: 74.86 g;

sobota 2023-12-09**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 10 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (**MLE,**),

Żurek z ziemniakami DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Gulasz wołowy DZ 60 g (**GLU,**), Kasza jęczmienna na sytko DZ. 120 g (**GLU, ORZ,**), Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (**SOJ, MLE,**), pomidory 40 g ,

Podwieczorek:

Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

Posiłek nocny:

chleb pszenny 40 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1892.4 kcal; Białko ogółem: 64.13 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 273.23 g; Wapń: 524.11 mg; Żelazo: 10.48 mg; Potas: 2727.02 mg; Sól: 11.4 g; Fosfor: 1103.15 mg; Witamina D: .91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 624.65 ug; Witamina B6: 1.64 mg; Witamina C: 58.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g; suma cukrów prostych: 77.83 g;

sobota 2023-12-09**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 10 g ,

Żurek z ziemniakami 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Gulasz wołowy. 80 g (**GLU,**), Kasza jęczmienna na sytko. 160 g (**GLU, ORZ,**), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1902 kcal; Białko ogółem: 79.1 g; Tłuszcz: 37.99 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; Wapń: 243.5 mg; Żelazo: 13.08 mg; Potas: 3139.01 mg; Sól: 13.45 g; Fosfor: 1149.62 mg; Witamina D: 2.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 638.04 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 69.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; suma cukrów prostych: 59.26 g;

sobota 2023-12-09**Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i**

Herbata b/c 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), sałata zielona 10 g ,

II Śniadanie:

jogurt naturalny 150 ml (**MLE,**),

Żurek z ziemniakami 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Gulasz wołowy. 80 g (**GLU,**), Kasza jęczmienna na sytko. 160 g (**GLU, ORZ,**), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), Jabłko pieczone 150 g (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,**),

Herbata b/c 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), twaróg półtłusty 60 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,

Posiłek nocny:

chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1903 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 305.1 g; Wapń: 503.94 mg; Żelazo: 13.67 mg; Potas: 3633.85 mg; Sól: 13.7 g; Fosfor: 1345.76 mg; Witamina D: 2.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 667.88 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 84.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g; suma cukrów prostych: 32.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2023-12-09 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|--|
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 0 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sytko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2062.54 kcal; Białko ogółem: 83.9 g; Tłuszcz: 67.67 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Wapń: 540.41 mg; Żelazo: 16.59 mg; Potas: 4010.13 mg; Sól: 14.18 g; Fosfor: 1539.96 mg; Witamina D: 3.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 777.51 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 119.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.98 g; Błonnik pokarmowy: 40.72 g; suma cukrów prostych: 34.06 g; | | | |
| sobota 2023-12-09 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sytko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2319.27 kcal; Białko ogółem: 71.23 g; Tłuszcz: 66.63 g; Węglowodany ogółem: 370.54 g; Wapń: 287.95 mg; Żelazo: 14.75 mg; Potas: 4088.6 mg; Sól: 13.63 g; Fosfor: 1149.84 mg; Witamina D: 3.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 832.73 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 119.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g; suma cukrów prostych: 30.93 g; | | | |
| sobota 2023-12-09 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sytko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2317.02 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 65.32 g; Węglowodany ogółem: 370.71 g; Wapń: 275.21 mg; Żelazo: 13.76 mg; Potas: 3649.21 mg; Sól: 13.61 g; Fosfor: 1120.27 mg; Witamina D: 3.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 819.59 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 89.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g; suma cukrów prostych: 60.66 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2023-12-09 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa |
|--|--|---|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,), | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy.(2.00 porcje) 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2695.91 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 87.64 g; Węglowodany ogółem: 365.8 g; Wapń: 880.49 mg; Żelazo: 17.38 mg; Potas: 4467.23 mg; Sól: 14.84 g; Fosfor: 1874.21 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 861.31 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 88.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.85 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; | | |
| sobota 2023-12-09 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 10 g , | Żurek z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Krokiety z ziemniaków-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2410.04 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 70.16 g; Węglowodany ogółem: 372.44 g; Wapń: 277.95 mg; Żelazo: 14.95 mg; Potas: 3843.17 mg; Sól: 13.71 g; Fosfor: 1224.1 mg; Witamina D: 3.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 825.16 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 89.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; suma cukrów prostych: 60.75 g; | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2023-12-10 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), chleb pszenny 50 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), rzodkiew biała 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2272.59 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodany ogółem: 333.97 g; Wapń: 693.9 mg; Żelazo: 10.57 mg; Potas: 3657.87 mg; Sól: 14.34 g; Fosfor: 1399.19 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1103.87 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 91.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; | | |
| niedziela 2023-12-10 | | |
| Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), rzodkiew biała 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,), | Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kiszzonej kapusty DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g , |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1815.72 kcal; Białko ogółem: 67.53 g; Tłuszcz: 56.29 g; Węglowodany ogółem: 261.57 g; Wapń: 733.64 mg; Żelazo: 7.55 mg; Potas: 3084.14 mg; Sól: 11 g; Fosfor: 1147.06 mg; Witamina D: .96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 839.3 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 91.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; Błonnik pokarmowy: 17.99 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; | | |
| niedziela 2023-12-10 | | |
| Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna | | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2257.39 kcal; Białko ogółem: 98.2 g; Tłuszcz: 65.2 g; Węglowodany ogółem: 324.98 g; Wapń: 710.07 mg; Żelazo: 10 mg; Potas: 3946.12 mg; Sól: 15.25 g; Fosfor: 1537.13 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2076.81 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 83.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; suma cukrów prostych: 71.62 g;

niedziela 2023-12-10**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

| | | |
|---|---|---|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,), | Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany DZ 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z selera i marchwi DZ. 100 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 30 g , |
|---|---|---|

Wartości odżywcze: Energia kc: 1856.64 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 56.56 g; Węglowodany ogółem: 260.44 g; Wapń: 745.51 mg; Żelazo: 7.76 mg; Potas: 3362.78 mg; Sól: 11.87 g; Fosfor: 1321.9 mg; Witamina D: 1.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1433.21 ug; Witamina B6: 2.08 mg; Witamina C: 84.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.55 g; suma cukrów prostych: 63.58 g;

niedziela 2023-12-10**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

| | | |
|--|--|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , |
|--|--|--|

Wartości odżywcze: Energia kc: 1846.62 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 285.23 g; Wapń: 249.96 mg; Żelazo: 9.32 mg; Potas: 3321.53 mg; Sól: 14.85 g; Fosfor: 1181.63 mg; Witamina D: 2.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1858.69 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 79.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; suma cukrów prostych: 54.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|---|---|--|--|
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>), | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1843.17 kcal; Białko ogółem: 90.98 g; Tłuszcz: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; Wapń: 510.67 mg; Żelazo: 9.93 mg; Potas: 3826.11 mg; Sól: 15.09 g; Fosfor: 1378.43 mg; Witamina D: 3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1888.82 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 94.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 26.07 g; | | | |
| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>), | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 40 g (<i>GLU,</i> <i>SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 1913.28 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 61.79 g; Węglowodany ogółem: 254.19 g; Wapń: 580.22 mg; Żelazo: 12.55 mg; Potas: 4128.8 mg; Sól: 15.44 g; Fosfor: 1569.97 mg; Witamina D: 3.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2568.64 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 108.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.75 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g; suma cukrów prostych: 29.2 g; | | | |
| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
| Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,</i> <i>GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Kopytka ziemniaczane- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica z ind 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE,</i> <i>SEL, GOR,</i>), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2024.75 kcal; Białko ogółem: 69.51 g; Tłuszcz: 44.91 g; Węglowodany ogółem: 346.1 g; Wapń: 214.34 mg; Żelazo: 11.18 mg; Potas: 4389.83 mg; Sól: 14.72 g; Fosfor: 1076.95 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1883.06 ug; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 136.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.7 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g; suma cukrów prostych: 22.35 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|--|---|--|--|
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2026.95 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Tłuszcz: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 347.38 g; Wapń: 201.33 mg; Żelazo: 10.17 mg; Potas: 3940.7 mg; Sól: 14.7 g; Fosfor: 1046.72 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1869.63 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 105.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g; suma cukrów prostych: 53.86 g; | | | |
| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2348.89 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 67.45 g; Węglowodany ogółem: 336.83 g; Wapń: 911.07 mg; Żelazo: 10.3 mg; Potas: 4214.62 mg; Sól: 15.43 g; Fosfor: 1682.63 mg; Witamina D: 4.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2105.31 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 98.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.95 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g; suma cukrów prostych: 71.62 g; | | | |
| niedziela 2023-12-10 | | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
| herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), | Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z selera i marchwi. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), | herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kopytka ziemniaczane-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , | |
| Wartości odżywcze: Energia kc: 2162.11 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 52.07 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; Wapń: 211.7 mg; Żelazo: 10.81 mg; Potas: 4212.5 mg; Sól: 14.89 g; Fosfor: 1213.31 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1947.7 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 106.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.97 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; suma cukrów prostych: 54.07 g; | | | |

Jadłospisy dla oddziałów