

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-11		
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,), ogórek świeży 50 g ,	Zupa ogórkowa 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 z kapusty pekińskiej. 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 sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g (JAJ, MLE,), rzodkiew biała 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,), sałata zielona 15 g
Wartości odżywcze: Energia kc: 2106.34 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 64.67 g; Węglowodany ogółem: 297.54 g; Wapń: 1024.32 mg; Żelazo: 9.52 mg; Potas: 3432.78 mg; Sól: 15.54 g; Fosfor: 1556.83 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1231.89 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 97.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; suma cukrów prostych: 70.42 g;		
poniedziałek 2023-12-11		
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,), ogórek świeży 40 g ,	Zupa ogórkowa 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 , Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku 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 sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g (JAJ, MLE,), rzodkiew biała 40 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,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1941.07 kcal; Białko ogółem: 79.02 g; Tłuszcz: 65.22 g; Węglowodany ogółem: 262.05 g; Wapń: 1288.35 mg; Żelazo: 7.29 mg; Potas: 3281.33 mg; Sól: 13.5 g; Fosfor: 1510.88 mg; Witamina D: 1.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1181.19 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 83.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.4 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; suma cukrów prostych: 91.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11		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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 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 , 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2240.25 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 74.39 g; Węglowodany ogółem: 311.37 g; Wapń: 594.06 mg; Żelazo: 11.53 mg; Potas: 3713.5 mg; Sól: 16.69 g; Fosfor: 1268.71 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1144.57 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 85.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; suma cukrów prostych: 78.22 g;			
poniedziałek 2023-12-11		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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa 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 , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku 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,), pomidory 40 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1959.33 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; Wapń: 865.3 mg; Żelazo: 8.71 mg; Potas: 3464.93 mg; Sól: 13.98 g; Fosfor: 1257.38 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 995.11 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 75.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.02 g; Błonnik pokarmowy: 17.22 g; suma cukrów prostych: 95.06 g;			
poniedziałek 2023-12-11		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 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 , 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1688.21 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 285.34 g; Wapń: 177.95 mg; Żelazo: 10.14 mg; Potas: 3273.33 mg; Sól: 13.89 g; Fosfor: 1070.62 mg; Witamina D: 2.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.38 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 77.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g; suma cukrów prostych: 56.38 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11		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>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU,</i>), 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 pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1711.49 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 280.12 g; Wapń: 218.09 mg; Żelazo: 11.09 mg; Potas: 3568.29 mg; Sól: 14.26 g; Fosfor: 1183.81 mg; Witamina D: 2.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 915.68 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 92.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; suma cukrów prostych: 22.14 g;			
poniedziałek 2023-12-11		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (<i>GLU, MLE,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , 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 ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe w sosie pomidorowym 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II 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>), Parówka na gorąco. 100 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2131.51 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 75.1 g; Węglowodany ogółem: 278.36 g; Wapń: 674.44 mg; Żelazo: 14.52 mg; Potas: 4270.84 mg; Sól: 16.87 g; Fosfor: 1649.03 mg; Witamina D: 3.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1282.25 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 126.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; suma cukrów prostych: 38.59 g;			
poniedziałek 2023-12-11		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>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa ryżowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki drobiowe w sosie pomidorowym- nerkowa. 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), 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>), Galaretką jarska. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1762 kcal; Białko ogółem: 60.94 g; Tłuszcz: 41.96 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; Wapń: 239.07 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3682.34 mg; Sól: 13.99 g; Fosfor: 924.33 mg; Witamina D: 3.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1821.01 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 135.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; suma cukrów prostych: 29.4 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2023-12-11		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 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 , 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,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1759.75 kcal; Białko ogółem: 59.63 g; Tłuszcz: 40.65 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; Wapń: 226.33 mg; Żelazo: 10.82 mg; Potas: 3242.95 mg; Sól: 13.97 g; Fosfor: 894.76 mg; Witamina D: 3.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1807.87 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 104.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; suma cukrów prostych: 59.13 g;			
poniedziałek 2023-12-11		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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 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 , 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2435.03 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 328.15 g; Wapń: 811.6 mg; Żelazo: 12.47 mg; Potas: 4411.51 mg; Sól: 17.6 g; Fosfor: 1623.95 mg; Witamina D: 3.93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1340.08 ug; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 106.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g; suma cukrów prostych: 78.79 g;			
poniedziałek 2023-12-11		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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ryżowa. 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 , 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2028.48 kcal; Białko ogółem: 70.75 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 291.46 g; Wapń: 184.7 mg; Żelazo: 11.16 mg; Potas: 3165.98 mg; Sól: 16.35 g; Fosfor: 973.38 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1061.45 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 81.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g; suma cukrów prostych: 58.34 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-12		
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,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), kasza gryczana na sypko. 160 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego. 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,), ser topiony 50 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 ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2555.14 kcal; Białko ogółem: 84.5 g; Tłuszcz: 95.62 g; Węglowodany ogółem: 341.6 g; Wapń: 823.12 mg; Żelazo: 12.8 mg; Potas: 3295.6 mg; Sól: 17.17 g; Fosfor: 1730.41 mg; Witamina D: 4.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1383 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 72.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g; suma cukrów prostych: 67.07 g;		
wtorek 2023-12-12		
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,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz mielony w sosie DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g (GLU, OZ,), Sałatka z ogórka kiszzonego DZ 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petititki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), ser topiony 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: 2159.14 kcal; Białko ogółem: 65.22 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 280.5 g; Wapń: 674.96 mg; Żelazo: 9.14 mg; Potas: 2417.72 mg; Sól: 13.63 g; Fosfor: 1318.72 mg; Witamina D: 1.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1171.99 ug; Witamina B6: 1.52 mg; Witamina C: 55.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.2 g; Błonnik pokarmowy: 17.58 g; suma cukrów prostych: 61.25 g;		
wtorek 2023-12-12		
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,), poledwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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 z zielonym koperkiem 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 ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2416.65 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; Wapń: 758.19 mg; Żelazo: 11.19 mg; Potas: 3723.85 mg; Sól: 14.66 g; Fosfor: 1490.54 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3460.49 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 76.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; suma cukrów prostych: 73.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12		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,), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. DZ 60 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petitki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	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. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 40 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1997.53 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 60.49 g; Węglowodany ogółem: 297.65 g; Wapń: 584.37 mg; Żelazo: 8.29 mg; Potas: 2827.76 mg; Sól: 12.27 g; Fosfor: 1131.95 mg; Witamina D: 1.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2427.52 ug; Witamina B6: 1.79 mg; Witamina C: 60.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g; suma cukrów prostych: 65.93 g;			
wtorek 2023-12-12		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,), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek 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: 1872.36 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 37.2 g; Węglowodany ogółem: 317.52 g; Wapń: 260.52 mg; Żelazo: 10.18 mg; Potas: 3025.56 mg; Sól: 14.21 g; Fosfor: 1088.37 mg; Witamina D: 2.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3188.17 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 71.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.61 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; suma cukrów prostych: 55.12 g;			
wtorek 2023-12-12		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,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek 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: 1873.36 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 305.17 g; Wapń: 520.96 mg; Żelazo: 10.77 mg; Potas: 3520.4 mg; Sól: 14.45 g; Fosfor: 1284.51 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3218.01 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 86.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; suma cukrów prostych: 28.13 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12		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>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 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>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z ogórka kiszzonego. 150 g , Marchew z wody dodatek do II dania 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, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1992.39 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 63.49 g; Węglowodany ogółem: 280.11 g; Wapń: 620.58 mg; Żelazo: 13.35 mg; Potas: 3786.77 mg; Sól: 16.49 g; Fosfor: 1560.57 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2458.19 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 91.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.6 g; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; suma cukrów prostych: 31.59 g;			
wtorek 2023-12-12		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>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 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>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), 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>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 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>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2170.02 kcal; Białko ogółem: 68.56 g; Tłuszcz: 56.18 g; Węglowodany ogółem: 359 g; Wapń: 261.66 mg; Żelazo: 12.58 mg; Potas: 3851.48 mg; Sól: 16.77 g; Fosfor: 1079.97 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3631.51 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 131.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.32 g; Błonnik pokarmowy: 42.34 g; suma cukrów prostych: 25.54 g;			
wtorek 2023-12-12		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>), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 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>), Sos koperkowy. 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Marchew gotowana. 150 g (<i>GLU, MLE,</i>), 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>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 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>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2167.77 kcal; Białko ogółem: 67.25 g; Tłuszcz: 54.87 g; Węglowodany ogółem: 359.17 g; Wapń: 248.92 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3412.09 mg; Sól: 16.75 g; Fosfor: 1050.4 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3618.37 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 101.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.77 g; suma cukrów prostych: 55.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2023-12-12		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,), pomidory 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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 z zielonym koperkiem 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 ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2670.07 kcal; Białko ogółem: 111.6 g; Tłuszcz: 80.05 g; Węglowodany ogółem: 383.54 g; Wapń: 981.55 mg; Żelazo: 12.35 mg; Potas: 4335.43 mg; Sól: 14.98 g; Fosfor: 1782.76 mg; Witamina D: 4.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3751.06 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 95.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.03 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; suma cukrów prostych: 74.26 g;		
wtorek 2023-12-12		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,), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), 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 ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2210.76 kcal; Białko ogółem: 70.61 g; Tłuszcz: 57.5 g; Węglowodany ogółem: 360.93 g; Wapń: 255.36 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3499.3 mg; Sól: 16.78 g; Fosfor: 1084.09 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3741.09 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 102.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; suma cukrów prostych: 55.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-13		
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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), ogórek świeży 50 g, Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń rzymska . 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Ćwikła. 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,), paprykarz szczeciński 110 g, sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2079.16 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 53.55 g; Węglowodany ogółem: 326.95 g; Wapń: 609.06 mg; Żelazo: 11.12 mg; Potas: 3401.85 mg; Sól: 14.63 g; Fosfor: 1224.98 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 935.68 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 77.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; suma cukrów prostych: 73.2 g;		
środa 2023-12-13		
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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), ogórek świeży 40 g, Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń rzymska. DZ 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g, Ćwikła DZ 100 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,),	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, sałata zielona 15 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,), pomidory 30 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1725.56 kcal; Białko ogółem: 64.09 g; Tłuszcz: 46.46 g; Węglowodany ogółem: 268.86 g; Wapń: 541.65 mg; Żelazo: 9.84 mg; Potas: 3222.86 mg; Sól: 12.58 g; Fosfor: 990.76 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1453.22 ug; Witamina B6: 1.79 mg; Witamina C: 95.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; suma cukrów prostych: 71.26 g;		
środa 2023-12-13		
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,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2265.37 kcal; Białko ogółem: 85.13 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Wapń: 701.55 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 3765.01 mg; Sól: 15.99 g; Fosfor: 1401.28 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3623.5 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 87.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; suma cukrów prostych: 75.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy DZ 60 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: 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,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 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,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1768.96 kcal; Białko ogółem: 63.83 g; Tłuszcz: 52.02 g; Węglowodany ogółem: 266.14 g; Wapń: 545 mg; Żelazo: 7.9 mg; Potas: 3015.83 mg; Sól: 13.29 g; Fosfor: 1060.51 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2713.75 ug; Witamina B6: 1.91 mg; Witamina C: 77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; suma cukrów prostych: 68.3 g;			
środa 2023-12-13		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1759.27 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; Wapń: 247.72 mg; Żelazo: 9.26 mg; Potas: 3107.03 mg; Sól: 14.9 g; Fosfor: 1073.27 mg; Witamina D: 2.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3350.57 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 83.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g; suma cukrów prostych: 58.9 g;			
środa 2023-12-13		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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 , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1752.17 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 291.16 g; Wapń: 508.14 mg; Żelazo: 9.85 mg; Potas: 3601.83 mg; Sól: 15.15 g; Fosfor: 1269.41 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3380.41 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 98.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; suma cukrów prostych: 29.91 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.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,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g (MLE,), 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 pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1845.77 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Tłuszcz: 53.28 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; Wapń: 559.84 mg; Żelazo: 13.73 mg; Potas: 3997.76 mg; Sól: 15.53 g; Fosfor: 1458.25 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1691.46 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 142.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18 g; Błonnik pokarmowy: 40.02 g; suma cukrów prostych: 35.3 g;			
środa 2023-12-13		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,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2080.73 kcal; Białko ogółem: 66.2 g; Tłuszcz: 46.26 g; Węglowodany ogółem: 361.47 g; Wapń: 222.42 mg; Żelazo: 11.25 mg; Potas: 3698.67 mg; Sól: 14.84 g; Fosfor: 1009.53 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3522.93 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 125.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.12 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g; suma cukrów prostych: 29.97 g;			
środa 2023-12-13		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2099.53 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 44.9 g; Węglowodany ogółem: 366.86 g; Wapń: 209.17 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3239.86 mg; Sól: 14.82 g; Fosfor: 978.65 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3509.21 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 93.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.88 g; suma cukrów prostych: 66.23 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2023-12-13		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,), Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2482.57 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; Wapń: 912.58 mg; Żelazo: 11.49 mg; Potas: 4307.73 mg; Sól: 16.43 g; Fosfor: 1728.84 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3679.44 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 102.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.3 g; suma cukrów prostych: 75.43 g;		
środa 2023-12-13		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,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 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,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2131 kcal; Białko ogółem: 69.12 g; Tłuszcz: 45.21 g; Węglowodany ogółem: 369.75 g; Wapń: 210.82 mg; Żelazo: 10.34 mg; Potas: 3314.76 mg; Sól: 14.9 g; Fosfor: 1025.55 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3510.29 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 93.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; suma cukrów prostych: 66.29 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2023-12-14 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), pieczeń wiew 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL), Papyrka konserwowa 50 g (GOR), Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE),	Zupa grochowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Roladka drobiowa faszzerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), 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), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2658.19 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 97.2 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; Wapń: 684.73 mg; Żelazo: 13.81 mg; Potas: 4233.62 mg; Sól: 15.88 g; Fosfor: 1626.91 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1699.52 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 162.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g; suma cukrów prostych: 69.16 g;		
czwartek 2023-12-14 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 wiew 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL), Papyrka konserwowa DZ 40 g (GOR), Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE),	Zupa grochowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Roladka drobiowa faszzerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka wielowarzywna DZ 100 g (GOR), 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), Kielbasa smażona z cebulką DZ 60 g (SOJ), musztarda 10 g (GOR, SO2), 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), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2098.97 kcal; Białko ogółem: 77.24 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; Wapń: 718.41 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3516.6 mg; Sól: 13.32 g; Fosfor: 1354.41 mg; Witamina D: 1.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1303.23 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 140.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.98 g; Błonnik pokarmowy: 25 g; suma cukrów prostych: 62.4 g;		
czwartek 2023-12-14 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), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Roladka drobiowa faszzerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE), Sos pomidorowy 30 ml (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), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2137.36 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 58.23 g; Węglowodany ogółem: 317.68 g; Wapń: 596.13 mg; Żelazo: 9.66 mg; Potas: 3654.82 mg; Sól: 14.2 g; Fosfor: 1360 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1283.04 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 95.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.98 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; suma cukrów prostych: 65.73 g;

czwartek 2023-12-14**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,**), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (**MLE,**),

Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (**GLU, MLE,**), Sos pomidorowy DZ 20 ml (**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: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,**), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

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

Wartości odżywcze: Energia kc: 1775.69 kcal; Białko ogółem: 75.4 g; Tłuszcz: 49.45 g; Węglowodany ogółem: 260.26 g; Wapń: 697.36 mg; Żelazo: 7.72 mg; Potas: 3264.62 mg; Sól: 12.75 g; Fosfor: 1225.39 mg; Witamina D: .9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1064.64 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 94.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.3 g; Błonnik pokarmowy: 17.76 g; suma cukrów prostych: 62.34 g;

czwartek 2023-12-14**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,**), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (**GLU,**), Sos pomidorowy 30 ml (**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,**), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g ,

Posiłek nocny:

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

Wartości odżywcze: Energia kc: 1681.21 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 276.06 g; Wapń: 156.46 mg; Żelazo: 9.04 mg; Potas: 3052.99 mg; Sól: 13.81 g; Fosfor: 1005.02 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1038.26 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 91.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; suma cukrów prostych: 47.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-14		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,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 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,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1719.57 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 262.73 g; Wapń: 444.92 mg; Żelazo: 9.65 mg; Potas: 3429.43 mg; Sól: 14.42 g; Fosfor: 1286.59 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.01 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 93.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.1 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; suma cukrów prostych: 17.43 g;			
czwartek 2023-12-14		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,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek ze śmietaną. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka wielowarzywna. 150 g (GOR,), Fasolka szparagowa z wody 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,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1902.22 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 58.38 g; Węglowodany ogółem: 257.8 g; Wapń: 582.4 mg; Żelazo: 13.21 mg; Potas: 4119.17 mg; Sól: 14.47 g; Fosfor: 1607.92 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1580.09 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 151.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.29 g; Błonnik pokarmowy: 39.82 g; suma cukrów prostych: 21.39 g;			
czwartek 2023-12-14		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,), 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,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona z olejem. 60 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,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2177.32 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz: 61.06 g; Węglowodany ogółem: 348.35 g; Wapń: 200.51 mg; Żelazo: 10.73 mg; Potas: 3534.86 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1024.55 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1812.34 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 132.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; suma cukrów prostych: 20.25 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2023-12-14		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
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 , herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU), Sos pomidorowy 30 ml (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), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2175.07 kcal; Białko ogółem: 66.72 g; Tłuszcz: 59.75 g; Węglowodany ogółem: 348.52 g; Wapń: 187.77 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 3095.47 mg; Sól: 15.06 g; Fosfor: 994.98 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1799.2 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 102.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; suma cukrów prostych: 49.98 g;		
czwartek 2023-12-14		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), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE), Sos pomidorowy 30 ml (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), 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), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2392.22 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 68.32 g; Węglowodany ogółem: 334.86 g; Wapń: 814.36 mg; Żelazo: 10.52 mg; Potas: 4337.68 mg; Sól: 14.54 g; Fosfor: 1719.27 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1578.47 ug; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 115.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g; suma cukrów prostych: 66.61 g;		
czwartek 2023-12-14		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), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE), Sos pomidorowy 30 ml (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), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1837.14 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 49.05 g; Węglowodany ogółem: 276.1 g; Wapń: 157.7 mg; Żelazo: 9.05 mg; Potas: 3054.74 mg; Sól: 13.83 g; Fosfor: 1005.95 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1183.32 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 91.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.96 g; suma cukrów prostych: 47.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-15		
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 z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), ogórek kiszony 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlecki z jajek 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Marchew z groszkiem. 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,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew biała 50 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,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2515.08 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 79.64 g; Węglowodany ogółem: 367.23 g; Wapń: 809.8 mg; Żelazo: 13.2 mg; Potas: 3733.98 mg; Sól: 14.46 g; Fosfor: 1599.38 mg; Witamina D: 7.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3021.31 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 82.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; suma cukrów prostych: 86.58 g;		
piątek 2023-12-15		
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 z koncentratem pomidorowym DZ . 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , ogórek kiszony 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),	Zupa wiejska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlecki z jajek DZ 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew z groszkiem.DZ 100 g (GLU, 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 twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), rzodkiew biała 40 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,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1998.93 kcal; Białko ogółem: 63.25 g; Tłuszcz: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 324.14 g; Wapń: 657.83 mg; Żelazo: 9.45 mg; Potas: 3380.15 mg; Sól: 11.99 g; Fosfor: 1162.2 mg; Witamina D: 2.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3857.24 ug; Witamina B6: 1.85 mg; Witamina C: 81.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; suma cukrów prostych: 94.33 g;		
piątek 2023-12-15		
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 z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa wiejska 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 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2324.19 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 55.13 g; Węglowodany ogółem: 379.1 g; Wapń: 720 mg; Żelazo: 12.64 mg; Potas: 4348.52 mg; Sól: 14.72 g; Fosfor: 1320.2 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1860.35 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 129.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; suma cukrów prostych: 94.9 g;

piątek 2023-12-15**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 z koncentratem pomidorowym DZ . 40 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, MLE,**),

Zupa wiejska DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Klops rybny DZ 60 g (**GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,**), Sos grecki DZ 20 ml (**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:

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,**), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (**JAJ, MLE,**), kiełbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 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,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2010.99 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 48.98 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; Wapń: 612.28 mg; Żelazo: 10.7 mg; Potas: 3984.79 mg; Sól: 12.64 g; Fosfor: 1078.52 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3315.11 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 118.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.5 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g; suma cukrów prostych: 100.92 g;

piątek 2023-12-15**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 z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g ,

Zupa wiejska 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 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,**), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (**JAJ,**), kiełbasa żywiecka dr 50 g (**SOJ,**), pomidory 50 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,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1927.07 kcal; Białko ogółem: 71.57 g; Tłuszcz: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; Wapń: 279.24 mg; Żelazo: 11.98 mg; Potas: 3746.58 mg; Sól: 14.33 g; Fosfor: 978.55 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1668.58 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 125.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; suma cukrów prostych: 79.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		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,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa wiejska 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 buraczków. 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,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1851.57 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; Wapń: 533.18 mg; Żelazo: 12.42 mg; Potas: 4209.92 mg; Sól: 14.58 g; Fosfor: 1168.69 mg; Witamina D: 2.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1697.92 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 134.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g; suma cukrów prostych: 34.5 g;			
piątek 2023-12-15		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,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa wiejska 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 buraczków. 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1891.82 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 48.48 g; Węglowodany ogółem: 293.98 g; Wapń: 609.77 mg; Żelazo: 15.24 mg; Potas: 4694.16 mg; Sól: 14.54 g; Fosfor: 1438.57 mg; Witamina D: 3.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2428.71 ug; Witamina B6: 2.83 mg; Witamina C: 149.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.3 g; suma cukrów prostych: 38.91 g;			
piątek 2023-12-15		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,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa wiejska 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 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,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1933.45 kcal; Białko ogółem: 63.82 g; Tłuszcz: 48.27 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; Wapń: 282.82 mg; Żelazo: 11.95 mg; Potas: 4002.7 mg; Sól: 13.16 g; Fosfor: 914.69 mg; Witamina D: 3.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1790.93 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 149.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.9 g; suma cukrów prostych: 31.79 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2023-12-15		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 z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa wiejska 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 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,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2007.7 kcal; Białko ogółem: 62.66 g; Tłuszcz: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 339.21 g; Wapń: 276.58 mg; Żelazo: 11.11 mg; Potas: 3594.81 mg; Sól: 13.15 g; Fosfor: 891.12 mg; Witamina D: 3.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1778.29 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 125.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; suma cukrów prostych: 79.07 g;			
piątek 2023-12-15		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 z koncentratem pomidorowym i zielonym koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa wiejska 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 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2523.37 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 59.44 g; Węglowodany ogółem: 401.88 g; Wapń: 927.88 mg; Żelazo: 13.33 mg; Potas: 4648.69 mg; Sól: 15.14 g; Fosfor: 1496.56 mg; Witamina D: 3.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1912.51 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 144.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; suma cukrów prostych: 95.09 g;			
piątek 2023-12-15		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 wiejska 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 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,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2060.41 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz: 47.4 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; Wapń: 233.09 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 3910.75 mg; Sól: 14.39 g; Fosfor: 1034.13 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1733.89 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 122.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.56 g; suma cukrów prostych: 77.43 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
---------------------------	-----------------------	--------------------------

sobota 2023-12-16

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,), ogórek świeży 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa górska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko . 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania. 160 g (GLU, JAJ,), Surówka z marchwi i chrznanu. 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,), rzodkiew biała 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,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2431.44 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 349.32 g; Wapń: 700.72 mg; Żelazo: 11.94 mg; Potas: 2774.22 mg; Sól: 15.38 g; Fosfor: 1448.42 mg; Witamina D: 4.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3299.21 ug; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 39.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; suma cukrów prostych: 70.94 g;

sobota 2023-12-16

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,), ogórek świeży 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa górska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pieczeń z karkówki na dziko DZ 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,), Makaron do drugiego dania DZ. 140 g (GLU, JAJ,), Surówka z marchwi i chrznanu DZ 100 g (MLE,), 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 sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), rzodkiew biała 40 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,**), sałata zielona 15 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 2115.71 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Wapń: 852.57 mg; Żelazo: 8.78 mg; Potas: 2380.98 mg; Sól: 12.5 g; Fosfor: 1329.39 mg; Witamina D: 1.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2236.91 ug; Witamina B6: 1.27 mg; Witamina C: 35.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; suma cukrów prostych: 84 g;

sobota 2023-12-16

Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna

Jadłospisy dla oddziałów

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 , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 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,), sałata zielona 15 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2429.3 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 83.82 g; Węglowodany ogółem: 331.36 g; Wapń: 600.92 mg; Żelazo: 13.27 mg; Potas: 3741.14 mg; Sól: 16.26 g; Fosfor: 1441.5 mg; Witamina D: 4.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3264.73 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 70.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; suma cukrów prostych: 67.15 g;

sobota 2023-12-16**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,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa góraska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy DZ 60 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, 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,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 40 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,), sałata zielona 15 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1985.13 kcal; Białko ogółem: 70.72 g; Tłuszcz: 65.91 g; Węglowodany ogółem: 278.37 g; Wapń: 720.62 mg; Żelazo: 9.62 mg; Potas: 3194.96 mg; Sól: 13.37 g; Fosfor: 1242.92 mg; Witamina D: 1.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2319.61 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 61.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.6 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g; suma cukrów prostych: 79.6 g;

sobota 2023-12-16**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,), sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 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,), sałata zielona 15 g ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1716.85 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 279.65 g; Wapń: 176.54 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 3244.9 mg; Sól: 13.44 g; Fosfor: 1194.05 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3016.36 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 63.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; suma cukrów prostych: 50.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogr.n. 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,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1757.15 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 266.65 g; Wapń: 466.1 mg; Żelazo: 12 mg; Potas: 3642.78 mg; Sól: 14.04 g; Fosfor: 1477.09 mg; Witamina D: 2.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3068.61 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 65.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; suma cukrów prostych: 19.84 g;			
sobota 2023-12-16		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.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,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twarożek z konc. pomidor. 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2031.54 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 248.21 g; Wapń: 510.34 mg; Żelazo: 15.89 mg; Potas: 3919.59 mg; Sól: 17.27 g; Fosfor: 1635.64 mg; Witamina D: 4.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3139.97 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 110.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.17 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; suma cukrów prostych: 23.66 g;			
sobota 2023-12-16		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,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), 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,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1844 kcal; Białko ogółem: 58.95 g; Tłuszcz: 44.98 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Wapń: 207.23 mg; Żelazo: 11.51 mg; Potas: 3392.22 mg; Sól: 15.16 g; Fosfor: 1016.3 mg; Witamina D: 3.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3530.18 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 100 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; suma cukrów prostych: 21.71 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2023-12-16		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,), sałata zielona 15 g	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy- nerkowa. 60 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1841.75 kcal; Białko ogółem: 57.64 g; Tłuszcz: 43.67 g; Węglowodany ogółem: 310.13 g; Wapń: 194.49 mg; Żelazo: 10.52 mg; Potas: 2952.83 mg; Sól: 15.14 g; Fosfor: 986.73 mg; Witamina D: 3.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3517.04 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 69.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g; suma cukrów prostych: 51.44 g;			
sobota 2023-12-16		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,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy.(2.00 porcje) 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2706.55 kcal; Białko ogółem: 116.69 g; Tłuszcz: 95.74 g; Węglowodany ogółem: 346.6 g; Wapń: 807.18 mg; Żelazo: 15.94 mg; Potas: 4396.49 mg; Sól: 16.63 g; Fosfor: 1794.54 mg; Witamina D: 4.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3304.35 ug; Witamina B6: 2.96 mg; Witamina C: 85.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.6 g; suma cukrów prostych: 67.3 g;			
sobota 2023-12-16		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,), sałata zielona 15 g	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Gulasz wołowy. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posilek nocny: chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2088.78 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; Wapń: 182.81 mg; Żelazo: 12.36 mg; Potas: 3136.8 mg; Sól: 15.9 g; Fosfor: 1096.45 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3170.01 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 66.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.7 g; Błonnik pokarmowy: 25.92 g; suma cukrów prostych: 52.14 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-17		
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 kons. baton 50 g (GLU, SOJ, GOR,), Papryka konserwowa 50 g (GOR,), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak pieczony. 150 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 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 ze śmietaną i zieloną cebulką 60 g (MLE,), 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: 2270.11 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 74.62 g; Węglowodany ogółem: 308.39 g; Wapń: 661.19 mg; Żelazo: 10.9 mg; Potas: 3589.71 mg; Sól: 14.3 g; Fosfor: 1577.25 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1021.13 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 163.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; suma cukrów prostych: 66.73 g;		
niedziela 2023-12-17		
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 kons. baton 40 g (GLU, SOJ, GOR,), Papryka konserwowa DZ 40 g (GOR,), Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak pieczony DZ. 120 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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,), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (MLE,), 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: 1855.13 kcal; Białko ogółem: 75.78 g; Tłuszcz: 61.11 g; Węglowodany ogółem: 254.92 g; Wapń: 529.22 mg; Żelazo: 8.21 mg; Potas: 2893.63 mg; Sól: 12.55 g; Fosfor: 1220.6 mg; Witamina D: 1.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 894.44 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 131.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; suma cukrów prostych: 68.17 g;		
niedziela 2023-12-17		
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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół 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 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,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), 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: 2266.08 kcal; Białko ogółem: 97.2 g; Tłuszcz: 68.65 g; Węglowodany ogółem: 319.48 g; Wapń: 688.37 mg; Żelazo: 12.59 mg; Potas: 3964.69 mg; Sól: 15.08 g; Fosfor: 1545.56 mg; Witamina D: 4.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1107.43 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 89.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.45 g; Błonnik pokarmowy: 26 g; suma cukrów prostych: 77.05 g;		
niedziela 2023-12-17		
Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		

Jadłospisy dla oddziałów

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,), Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 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 buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biskopty 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), 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: 1881.15 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; Wapń: 554.2 mg; Żelazo: 9.87 mg; Potas: 3237.67 mg; Sól: 13.21 g; Fosfor: 1230.6 mg; Witamina D: 1.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 930.74 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 77.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; suma cukrów prostych: 76.85 g;		
niedziela 2023-12-17 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,),	Rosół 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 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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1861.36 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 43.64 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; Wapń: 264.71 mg; Żelazo: 11.24 mg; Potas: 3332.8 mg; Sól: 14.7 g; Fosfor: 1141.87 mg; Witamina D: 3.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 918.06 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 85.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; suma cukrów prostych: 61.83 g;		
niedziela 2023-12-17 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: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Rosół 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 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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1862.36 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 46.47 g; Węglowodany ogółem: 274.82 g; Wapń: 525.15 mg; Żelazo: 11.83 mg; Potas: 3827.64 mg; Sól: 14.95 g; Fosfor: 1338.01 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 947.9 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 100.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; suma cukrów prostych: 34.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.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: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 160 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Buraczki z wody jako II 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>), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb graham 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1903.46 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 254.36 g; Wapń: 561.89 mg; Żelazo: 13.46 mg; Potas: 4058.11 mg; Sól: 14.65 g; Fosfor: 1555.75 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1063.86 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 153.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.07 g; Błonnik pokarmowy: 36.76 g; suma cukrów prostych: 32.72 g;			
niedziela 2023-12-17		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>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 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>), Galaretką jarską. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</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: 1853.93 kcal; Białko ogółem: 67 g; Tłuszcz: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; Wapń: 263.6 mg; Żelazo: 12.58 mg; Potas: 3816.38 mg; Sól: 14.7 g; Fosfor: 952.92 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1716.74 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 141.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; suma cukrów prostych: 32.7 g;			
niedziela 2023-12-17		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>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 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>), Galaretką jarską. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</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: 1851.68 kcal; Białko ogółem: 65.69 g; Tłuszcz: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 294.36 g; Wapń: 250.86 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 3376.99 mg; Sól: 14.68 g; Fosfor: 923.35 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1703.6 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 111.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; suma cukrów prostych: 62.43 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2023-12-17		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,), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół 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 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,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), 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: 2357.58 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 70.9 g; Węglowodany ogółem: 331.33 g; Wapń: 889.37 mg; Żelazo: 12.89 mg; Potas: 4233.19 mg; Sól: 15.25 g; Fosfor: 1691.06 mg; Witamina D: 4.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1135.93 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 104.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; suma cukrów prostych: 77.05 g;		
niedziela 2023-12-17		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,),	Rosół 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 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,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), 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: 1986.84 kcal; Białko ogółem: 79.77 g; Tłuszcz: 56.96 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; Wapń: 261.23 mg; Żelazo: 12.23 mg; Potas: 3648.79 mg; Sól: 14.87 g; Fosfor: 1089.94 mg; Witamina D: 4.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1781.67 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 112.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; suma cukrów prostych: 62.64 g;		