

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-15 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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), ogórek świeży 50 g, Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), 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,), Leczo całowka 300 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), jabłka 200 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g, jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
<u>Wartości odżywcze:</u> Energia kc: 3014.2 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 94.28 g; Węglowodany ogółem: 437.85 g; Wapń: 1019.96 mg; Żelazo: 14.88 mg; Potas: 4705.75 mg; Sól: 17.31 g; Fosfor: 1976.41 mg; Witamina D: 4.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1865.08 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 139.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.75 g; Błonnik pokarmowy: 42.6 g; suma cukrów prostych: 82.48 g;		
poniedziałek 2024-07-15 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), ogórek świeży 40 g, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa grochowa z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g, Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Leczo całowka 300 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), jabłka 200 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g, jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
<u>Wartości odżywcze:</u> Energia kc: 2553.27 kcal; Białko ogółem: 91.23 g; Tłuszcz: 83.49 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; Wapń: 875.05 mg; Żelazo: 12.1 mg; Potas: 3781.65 mg; Sól: 15.94 g; Fosfor: 1613.49 mg; Witamina D: 1.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1565.38 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 120.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; suma cukrów prostych: 89.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2766.04 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 94.17 g; Węglowodany ogółem: 380.62 g; Wapń: 954.71 mg; Żelazo: 13.09 mg; Potas: 4024.45 mg; Sól: 16.74 g; Fosfor: 1639.86 mg; Witamina D: 3.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1175.88 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 81.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.9 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 86.15 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 70 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2245.46 kcal; Białko ogółem: 79.58 g; Tłuszcz: 77.2 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; Wapń: 815.69 mg; Żelazo: 9.9 mg; Potas: 3096.21 mg; Sól: 13.94 g; Fosfor: 1308.68 mg; Witamina D: 1.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1028.3 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 66.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g; suma cukrów prostych: 89.07 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1989.26 kcal; Białko ogółem: 90.7 g; Tłuszcz: 36.7 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Wapń: 495 mg; Żelazo: 11.14 mg; Potas: 3486.57 mg; Sól: 13.89 g; Fosfor: 1367.08 mg; Witamina D: 2.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 905.23 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 73.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; suma cukrów prostych: 67.75 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), pomidory 30 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałata zielona 15 g , twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2072.62 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 44.88 g; Węglowodany ogółem: 321.7 g; Wapń: 747.12 mg; Żelazo: 12.28 mg; Potas: 3826.08 mg; Sól: 14.67 g; Fosfor: 1560.62 mg; Witamina D: 2.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1016.13 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 93.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g; suma cukrów prostych: 32.6 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), pomidory 30 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Buraczki z wody jako II 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2448.89 kcal; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 90.58 g; Węglowodany ogółem: 316.3 g; Wapń: 820.84 mg; Żelazo: 14.65 mg; Potas: 3882.66 mg; Sól: 17.04 g; Fosfor: 1707.24 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1348.92 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 120.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; suma cukrów prostych: 34.24 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1926.23 kcal; Białko ogółem: 60.36 g; Tłuszcz: 45.16 g; Węglowodany ogółem: 330.62 g; Wapń: 253.62 mg; Żelazo: 11.96 mg; Potas: 3688.77 mg; Sól: 12.84 g; Fosfor: 921.69 mg; Witamina D: 2.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1648.4 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 216.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.62 g; Błonnik pokarmowy: 42.37 g; suma cukrów prostych: 35.09 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka faszerowana jarzynami-nerkowa. 60 g (GLU,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1923.98 kcal; Białko ogółem: 59.05 g; Tłuszcz: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 330.79 g; Wapń: 240.88 mg; Żelazo: 10.97 mg; Potas: 3249.38 mg; Sól: 12.82 g; Fosfor: 892.12 mg; Witamina D: 2.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1635.26 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 185.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.8 g; suma cukrów prostych: 64.82 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana 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,), 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,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 3020.9 kcal; Białko ogółem: 124.59 g; Tłuszcz: 104.26 g; Węglowodany ogółem: 397.8 g; Wapń: 1172.94 mg; Żelazo: 13.95 mg; Potas: 4707.31 mg; Sól: 17.08 g; Fosfor: 1999.13 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1471.31 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 100.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; suma cukrów prostych: 87.03 g;			
poniedziałek 2024-07-15		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,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka drobiowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 100 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2188.49 kcal; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 69.94 g; Węglowodany ogółem: 326.25 g; Wapń: 198.13 mg; Żelazo: 11.21 mg; Potas: 3100.31 mg; Sól: 15.18 g; Fosfor: 925.77 mg; Witamina D: 2.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 904.04 ug; Witamina B6: 2.05 mg; Witamina C: 162.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; suma cukrów prostych: 64.03 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pieczeń węd 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kiszka pieczona z cebulką. 180 g , Ziemniaki. 200 g , Kapusta świeża zasmażana. 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 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym i cebulką zieloną 60 g (MLE,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2144.68 kcal; Białko ogółem: 68.25 g; Tłuszcz: 69.27 g; Węglowodany ogółem: 315.08 g; Wapń: 727.1 mg; Żelazo: 9.06 mg; Potas: 3190.92 mg; Sól: 12.96 g; Fosfor: 1189.07 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 973.11 ug; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 122.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g; suma cukrów prostych: 71.87 g;		
wtorek 2024-07-16 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,), pieczeń węd 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kiszka pieczona z cebulką. 180 g , Ziemniaki DZ 190 g , Kapusta świeża zasmażana DZ 100 g (GLU,), 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,), Twaróg z konc. pomid. z zie. cebulką. 50 g (MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1910.73 kcal; Białko ogółem: 56.78 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 291.03 g; Wapń: 708.6 mg; Żelazo: 8.03 mg; Potas: 3220.67 mg; Sól: 11.27 g; Fosfor: 1041.57 mg; Witamina D: .84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2531.2 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 116.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.1 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g; suma cukrów prostych: 87.63 g;		
wtorek 2024-07-16 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2131.33 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 57.51 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; Wapń: 749.8 mg; Żelazo: 10.23 mg; Potas: 3932.45 mg; Sól: 16.36 g; Fosfor: 1400.9 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3730.64 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 95.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; suma cukrów prostych: 80.01 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-16		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 70 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym DZ. 80 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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: 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2344.35 kcal; Białko ogółem: 69.96 g; Tłuszcz: 100.93 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; Wapń: 732.31 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3827.14 mg; Sól: 14.42 g; Fosfor: 1217.14 mg; Witamina D: 1.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5151.23 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 97.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 62.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g; suma cukrów prostych: 94.79 g;			
wtorek 2024-07-16		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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1750.48 kcal; Białko ogółem: 72.34 g; Tłuszcz: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; Wapń: 277.72 mg; Żelazo: 9.78 mg; Potas: 3311.13 mg; Sól: 15.93 g; Fosfor: 1060.59 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3479.99 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 91.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; suma cukrów prostych: 57.65 g;			
wtorek 2024-07-16		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), 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 , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1743.38 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; Wapń: 538.14 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 3805.93 mg; Sól: 16.18 g; Fosfor: 1256.73 mg; Witamina D: 2.69 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3509.83 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 106.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; suma cukrów prostych: 28.66 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-16		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 150 g (MLE,), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2064.69 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 60.5 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; Wapń: 1030.44 mg; Żelazo: 13.01 mg; Potas: 4717.38 mg; Sól: 16.55 g; Fosfor: 1778.97 mg; Witamina D: 3.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3737.57 ug; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 145.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.91 g; Błonnik pokarmowy: 42.44 g; suma cukrów prostych: 46.96 g;			
wtorek 2024-07-16		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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym - nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1891.69 kcal; Białko ogółem: 60.3 g; Tłuszcz: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 331.29 g; Wapń: 253.65 mg; Żelazo: 11.01 mg; Potas: 3751.19 mg; Sól: 17.75 g; Fosfor: 966.21 mg; Witamina D: 3.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3977.04 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 127.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.96 g; suma cukrów prostych: 25.33 g;			
wtorek 2024-07-16		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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym - nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1897.54 kcal; Białko ogółem: 58.99 g; Tłuszcz: 40.35 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; Wapń: 240.93 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3311.84 mg; Sól: 17.73 g; Fosfor: 936.64 mg; Witamina D: 3.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3963.9 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 97.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; suma cukrów prostych: 57.06 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-07-16		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2327.15 kcal; Białko ogółem: 104.34 g; Tłuszcz: 64.38 g; Węglowodany ogółem: 339.99 g; Wapń: 969.03 mg; Żelazo: 11.32 mg; Potas: 4500.1 mg; Sól: 18.23 g; Fosfor: 1683.16 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3892.5 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 114.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.98 g; suma cukrów prostych: 80.49 g;			
wtorek 2024-07-16		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,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki schabowe w sosie własnym. 100 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1932.63 kcal; Białko ogółem: 65.21 g; Tłuszcz: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 333.46 g; Wapń: 245.01 mg; Żelazo: 10.29 mg; Potas: 3418.74 mg; Sól: 17.77 g; Fosfor: 993.22 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3963.9 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 97.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.49 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g; suma cukrów prostych: 57.06 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-17		
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,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), rzodkiew 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Wątróbka po kapitańsku. 200 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 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,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2343.4 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz: 80.34 g; Węglowodany ogółem: 345.1 g; Wapń: 743.24 mg; Żelazo: 10.56 mg; Potas: 3201.49 mg; Sól: 15.35 g; Fosfor: 1223.08 mg; Witamina D: 4.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1571.23 ug; Witamina B6: 1.77 mg; Witamina C: 100.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g; suma cukrów prostych: 69.59 g;		
środa 2024-07-17		
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,), pasztet drobiowy konserwowy 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), rzodkiew 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Wątróbka po kapitańsku DZ. 160 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Mizeria ze śmietaną DZ. 90 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petitiki 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,), Pasta z sera topionego, kielbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (JAJ, SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2037.6 kcal; Białko ogółem: 57.18 g; Tłuszcz: 72.53 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; Wapń: 661.6 mg; Żelazo: 8.71 mg; Potas: 2744.52 mg; Sól: 14.39 g; Fosfor: 1075.7 mg; Witamina D: 1.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1442.99 ug; Witamina B6: 1.5 mg; Witamina C: 89.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g; suma cukrów prostych: 65.62 g;		
środa 2024-07-17		
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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2331.04 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 60.95 g; Węglowodany ogółem: 357.26 g; Wapń: 705.24 mg; Żelazo: 12.39 mg; Potas: 3924.73 mg; Sól: 14.07 g; Fosfor: 1400.31 mg; Witamina D: 4.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1176.41 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 95.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.21 g; Błonnik pokarmowy: 26.5 g; suma cukrów prostych: 77.08 g;

środa 2024-07-17**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,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**),

Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Pulpety drobiowe DZ 50 g (**GLU, JAJ, MLE,**), Sos pomidorowy DZ 20 ml (**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:
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,**), Schab gotowany DZ 55 g , pomidory 40 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1956.42 kcal; Białko ogółem: 74.21 g; Tłuszcz: 52.38 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Wapń: 559.37 mg; Żelazo: 9.39 mg; Potas: 3183.66 mg; Sól: 12.57 g; Fosfor: 1103.16 mg; Witamina D: 1.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 969.87 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 82.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.05 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g; suma cukrów prostych: 69.98 g;

środa 2024-07-17**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,**), kielbasa żywiecka dr 50 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,

Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Pulpety drobiowe. 60 g (**GLU, JAJ, MLE,**), Sos pomidorowy 30 ml (**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,**), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1851.93 kcal; Białko ogółem: 76.83 g; Tłuszcz: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 319.39 g; Wapń: 265.66 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3315.85 mg; Sól: 13.65 g; Fosfor: 1045.27 mg; Witamina D: 2.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 861.31 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 91.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; suma cukrów prostych: 61.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1852.93 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; Wapń: 526.1 mg; Żelazo: 11.97 mg; Potas: 3810.69 mg; Sól: 13.89 g; Fosfor: 1241.41 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 891.15 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 106.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; suma cukrów prostych: 34.42 g;			
środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Mizeria ze śmietaną. 110 g (MLE,), 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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1908.24 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 49.16 g; Węglowodany ogółem: 288.36 g; Wapń: 553.83 mg; Żelazo: 12.28 mg; Potas: 3908.09 mg; Sól: 13.81 g; Fosfor: 1462.34 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1690.95 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 116.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g; suma cukrów prostych: 30.12 g;			
środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 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,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1912.14 kcal; Białko ogółem: 53.66 g; Tłuszcz: 38.12 g; Węglowodany ogółem: 346.89 g; Wapń: 236.5 mg; Żelazo: 11.79 mg; Potas: 4385.39 mg; Sól: 12.66 g; Fosfor: 883.83 mg; Witamina D: 2.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1155.7 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 227.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.68 g; suma cukrów prostych: 31.96 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (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,), Zapiekanka ziemniaczana nerkowa. 300 g (MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1909.89 kcal; Białko ogółem: 52.35 g; Tłuszcz: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 347.06 g; Wapń: 223.76 mg; Żelazo: 10.8 mg; Potas: 3946 mg; Sól: 12.64 g; Fosfor: 854.26 mg; Witamina D: 2.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1142.56 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 197.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.3 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g; suma cukrów prostych: 61.69 g;			
środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2548.24 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 65.13 g; Węglowodany ogółem: 380.04 g; Wapń: 916.27 mg; Żelazo: 13.33 mg; Potas: 4467.45 mg; Sól: 14.51 g; Fosfor: 1727.87 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1232.35 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 110.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.29 g; suma cukrów prostych: 77.27 g;			
środa 2024-07-17		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety drobiowe. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (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,), Schab gotowany. 65 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1775.45 kcal; Białko ogółem: 64.04 g; Tłuszcz: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; Wapń: 210.1 mg; Żelazo: 10.08 mg; Potas: 3108.62 mg; Sól: 12.72 g; Fosfor: 869.89 mg; Witamina D: 2.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 854.82 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 162.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.5 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; suma cukrów prostych: 59.66 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-18		
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,), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g, ogórek świeży 50 g, Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa fasolowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, Brukselka z masłem i bułką tartą. 150 g (GLU, SOJ, 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,), ser żółty twardy 60 g (MLE,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2638.79 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 88.23 g; Węglowodany ogółem: 353.78 g; Wapń: 1166.82 mg; Żelazo: 12.35 mg; Potas: 3537.44 mg; Sól: 14.03 g; Fosfor: 1675.87 mg; Witamina D: 3.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1183.31 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 66.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g; suma cukrów prostych: 65.87 g;		
czwartek 2024-07-18		
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,), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g, ogórek świeży 40 g, Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),	Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g, Brukselka z masłem i bułką tartą DZ. 120 g (GLU, SOJ, 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,), ser żółty twardy 50 g (MLE,), pomidory 40 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2340.7 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 85.43 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; Wapń: 1257.41 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 3179.18 mg; Sól: 12.99 g; Fosfor: 1506.78 mg; Witamina D: .84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1099.96 ug; Witamina B6: 1.76 mg; Witamina C: 62.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g; suma cukrów prostych: 82.7 g;		
czwartek 2024-07-18		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g, Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g, 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,), kiełb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g,

Jadłospisy dla oddziałów

<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2135.31 kcal; Białko ogółem: 90.7 g; Tłuszcz: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 327.16 g; Wapń: 647.48 mg; Żelazo: 9.96 mg; Potas: 3311.96 mg; Sól: 15.73 g; Fosfor: 1371.75 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 985.56 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 81.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.2 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g; suma cukrów prostych: 67.96 g;</p>		
<p>czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</p>		
<p>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 , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE,),</p>	<p>Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),</p>	<p>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 50 g (SOJ,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1930.56 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 53.13 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; Wapń: 863.62 mg; Żelazo: 7.94 mg; Potas: 3117.79 mg; Sól: 14.38 g; Fosfor: 1315.43 mg; Witamina D: 1.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 850.43 ug; Witamina B6: 1.9 mg; Witamina C: 71.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; suma cukrów prostych: 85.84 g;</p>		
<p>czwartek 2024-07-18 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</p>		
<p>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 ,</p>	<p>Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1716.01 kcal; Białko ogółem: 76.24 g; Tłuszcz: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 285.14 g; Wapń: 180.91 mg; Żelazo: 9.29 mg; Potas: 2679.6 mg; Sól: 15.32 g; Fosfor: 1011.63 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 766.06 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 76.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g; suma cukrów prostych: 49.01 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-18		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 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,), kielb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1717.01 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 272.79 g; Wapń: 441.35 mg; Żelazo: 9.88 mg; Potas: 3174.44 mg; Sól: 15.57 g; Fosfor: 1207.77 mg; Witamina D: 2.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 795.9 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 91.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.73 g; suma cukrów prostych: 22.02 g;		
czwartek 2024-07-18		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Brukselka z masłem i bułką tartą. 150 g (GLU, SOJ, MLE,), Sałatka z pomidora- dodatek do drugiego dania. 80 g (MLE,), 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,), kielb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1846.01 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 50.16 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; Wapń: 503.2 mg; Żelazo: 11.96 mg; Potas: 3566.9 mg; Sól: 15.61 g; Fosfor: 1423.95 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 975.64 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 104.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.48 g; suma cukrów prostych: 25.01 g;		
czwartek 2024-07-18		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 jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1799.07 kcal; Białko ogółem: 54.13 g; Tłuszcz: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; Wapń: 188.55 mg; Żelazo: 10.28 mg; Potas: 3396.83 mg; Sól: 15.35 g; Fosfor: 838.57 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1165.08 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 225.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.02 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; suma cukrów prostych: 23.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-07-18		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 jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami-nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1796.82 kcal; Białko ogółem: 52.82 g; Tłuszcz: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g; Wapń: 175.81 mg; Żelazo: 9.29 mg; Potas: 2957.44 mg; Sól: 15.33 g; Fosfor: 809 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1151.94 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 194.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; suma cukrów prostych: 53.46 g;		
czwartek 2024-07-18		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 , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem .(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), kiełb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2362.12 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; Wapń: 859.19 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 3927.45 mg; Sól: 16.75 g; Fosfor: 1734.97 mg; Witamina D: 4.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1045.71 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 95.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g; suma cukrów prostych: 68.13 g;		
czwartek 2024-07-18		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 jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , 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,), kiełb szynkowa wp 60 g (SOJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1705.46 kcal; Białko ogółem: 64.18 g; Tłuszcz: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 287.74 g; Wapń: 133.38 mg; Żelazo: 8.51 mg; Potas: 2702.18 mg; Sól: 14.4 g; Fosfor: 851.37 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 747.72 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 163.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; suma cukrów prostych: 51.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), rzodkiew 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa góraska 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,), ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2711.88 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 388.19 g; Wapń: 1054.53 mg; Żelazo: 12.53 mg; Potas: 3590.03 mg; Sól: 12.92 g; Fosfor: 1732.96 mg; Witamina D: 7.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3137.1 ug; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 78.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.4 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; suma cukrów prostych: 94.25 g;		
piątek 2024-07-19 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), rogal maślany 1 szt , masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), rzodkiew 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa góraska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), 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: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2208.99 kcal; Białko ogółem: 76.1 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 333.08 g; Wapń: 1061.6 mg; Żelazo: 8.75 mg; Potas: 3137.6 mg; Sól: 10.97 g; Fosfor: 1439.9 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2086.46 ug; Witamina B6: 1.43 mg; Witamina C: 81.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; suma cukrów prostych: 84.53 g;		
piątek 2024-07-19 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), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g (MLE), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE),
--	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2406.35 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 57.95 g; Węglowodany ogółem: 387.34 g; Wapń: 993.86 mg; Żelazo: 11.99 mg; Potas: 4351.19 mg; Sól: 14.98 g; Fosfor: 1694.37 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1991.15 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 117.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; suma cukrów prostych: 100.65 g;

piątek 2024-07-19**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE),	Zupa góraska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: jogurt truskawkowy 150 g (MLE),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE),
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2105.02 kcal; Białko ogółem: 80.29 g; Tłuszcz: 52.28 g; Węglowodany ogółem: 332.66 g; Wapń: 1028.97 mg; Żelazo: 9.89 mg; Potas: 3829.87 mg; Sól: 13.36 g; Fosfor: 1525.3 mg; Witamina D: 2.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1582.7 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 112.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; suma cukrów prostych: 90.13 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2030.08 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 39.7 g; Węglowodany ogółem: 347.42 g; Wapń: 546.35 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 3740.4 mg; Sól: 14.58 g; Fosfor: 1333.77 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1778.13 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 113.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g; suma cukrów prostych: 84.47 g;			
piątek 2024-07-19		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 półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera 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,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1946.48 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 314.17 g; Wapń: 800.27 mg; Żelazo: 11.79 mg; Potas: 4203.7 mg; Sól: 14.83 g; Fosfor: 1523.91 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1807.47 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 122.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.9 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; suma cukrów prostych: 37.93 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.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 ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (MLE,), Marchew z wody dodatek do II dania 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,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2005.46 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 51.51 g; Węglowodany ogółem: 308.55 g; Wapń: 881.28 mg; Żelazo: 14.03 mg; Potas: 4627.48 mg; Sól: 14.95 g; Fosfor: 1740.88 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3292.72 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 125.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.95 g; Błonnik pokarmowy: 45.84 g; suma cukrów prostych: 41.72 g;			
piątek 2024-07-19		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 półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , 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,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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 , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1764.4 kcal; Białko ogółem: 52.4 g; Tłuszcz: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 319.06 g; Wapń: 278.11 mg; Żelazo: 10.43 mg; Potas: 3609.72 mg; Sól: 11.72 g; Fosfor: 924.31 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1751.01 ug; Witamina B6: 2.08 mg; Witamina C: 223.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 42.44 g; suma cukrów prostych: 30.21 g;			
piątek 2024-07-19		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1846.75 kcal; Białko ogółem: 51.24 g; Tłuszcz: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; Wapń: 271.89 mg; Żelazo: 9.59 mg; Potas: 3201.87 mg; Sól: 11.71 g; Fosfor: 900.74 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1738.37 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 198.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; suma cukrów prostych: 79.49 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-07-19		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2605.53 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 410.12 g; Wapń: 1201.74 mg; Żelazo: 12.68 mg; Potas: 4651.36 mg; Sól: 15.4 g; Fosfor: 1870.73 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2043.31 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 132.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.05 g; suma cukrów prostych: 100.84 g;		
piątek 2024-07-19		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 , sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2084.74 kcal; Białko ogółem: 62.45 g; Tłuszcz: 44.99 g; Węglowodany ogółem: 363.09 g; Wapń: 243.02 mg; Żelazo: 11.07 mg; Potas: 3377.7 mg; Sól: 14.34 g; Fosfor: 1036.88 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1838.11 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 185.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.9 g; Błonnik pokarmowy: 36.5 g; suma cukrów prostych: 74.5 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-20 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,), salceson 70 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 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 pieczarkami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora. 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 koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 50 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g, jabłka 200 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2566.18 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 79.06 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; Wapń: 753.03 mg; Żelazo: 13.14 mg; Potas: 3939.28 mg; Sól: 15.13 g; Fosfor: 1481.4 mg; Witamina D: 4.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1703.91 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 110.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; suma cukrów prostych: 75.85 g;		
sobota 2024-07-20 Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), salceson 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 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 pieczarkami.DZ 60 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora DZ. 80 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretka owocowa DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, MLE,), ogórek świeży 40 g, Posiłek nocny: chleb pszenny 60 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, jabłka 200 g,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2073.26 kcal; Białko ogółem: 68.28 g; Tłuszcz: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g; Wapń: 579.76 mg; Żelazo: 10.25 mg; Potas: 3085.9 mg; Sól: 12.92 g; Fosfor: 1126.45 mg; Witamina D: 1.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1471.83 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 90.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.2 g; suma cukrów prostych: 69.17 g;		
sobota 2024-07-20 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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 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,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora. 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 koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2538.51 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 73.35 g; Węglowodany ogółem: 384.37 g; Wapń: 732.29 mg; Żelazo: 14.19 mg; Potas: 4160.31 mg; Sól: 15.32 g; Fosfor: 1535.47 mg; Witamina D: 4.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2002.69 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 120.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.5 g; suma cukrów prostych: 76.58 g;

sobota 2024-07-20**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,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 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,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami DZ 50 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora DZ. 80 g (MLE,), Kompot z jabłek. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretka owocowa DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, MLE,), pomidory 40 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 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 , jabłka 200 g ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2039.86 kcal; Białko ogółem: 67.82 g; Tłuszcz: 62.5 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; Wapń: 559.65 mg; Żelazo: 10.57 mg; Potas: 3184.86 mg; Sól: 12.96 g; Fosfor: 1138.49 mg; Witamina D: 1.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1573.81 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 99.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; suma cukrów prostych: 69.58 g;

sobota 2024-07-20**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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1968.96 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 335.99 g; Wapń: 255.96 mg; Żelazo: 12.94 mg; Potas: 3454.59 mg; Sól: 14.24 g; Fosfor: 1185.84 mg; Witamina D: 2.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1749.18 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 115.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g; suma cukrów prostych: 59.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-20		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU,</i> <i>ORZ,</i>), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1969.96 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 323.64 g; Wapń: 516.4 mg; Żelazo: 13.53 mg; Potas: 3949.43 mg; Sól: 14.49 g; Fosfor: 1381.98 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1779.02 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 130.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.1 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g; suma cukrów prostych: 32.42 g;			
sobota 2024-07-20		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i> <i>MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ,</i> <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU,</i> <i>ORZ,</i>), Sałatka z pomidora. 150 g (<i>MLE,</i>), brokuły z wody II jarzyna 80 g (<i>GLU, SOJ, MLE,</i>), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i> <i>MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2227.91 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 320.31 g; Wapń: 628.86 mg; Żelazo: 16.46 mg; Potas: 4505.78 mg; Sól: 15.18 g; Fosfor: 1611.27 mg; Witamina D: 4.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2098.01 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 191.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.01 g; Błonnik pokarmowy: 44.52 g; suma cukrów prostych: 35.89 g;			
sobota 2024-07-20		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>), kielbasa żywiecka dr 50 g (<i>SOJ,</i>), sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ,</i> <i>SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU,</i> <i>JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i> <i>SEZ, GRZ,</i>), Roladka wołowa faszerowana jarzynami nerkowa 70 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i> <i>GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 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,</i> <i>SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (<i>JAJ,</i>), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 40 g (<i>GLU, SOJ,</i> <i>MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2212.18 kcal; Białko ogółem: 66.79 g; Tłuszcz: 52.19 g; Węglowodany ogółem: 381.64 g; Wapń: 221.9 mg; Żelazo: 14.26 mg; Potas: 4745.16 mg; Sól: 14.19 g; Fosfor: 1150.71 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1779.58 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 178.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.69 g; Błonnik pokarmowy: 42.14 g; suma cukrów prostych: 28.65 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-07-20		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami nerkowa 70 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 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,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2209.93 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 50.88 g; Węglowodany ogółem: 381.81 g; Wapń: 209.16 mg; Żelazo: 13.27 mg; Potas: 4305.77 mg; Sól: 14.17 g; Fosfor: 1121.14 mg; Witamina D: 3.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1766.44 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 148.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.56 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; suma cukrów prostych: 58.38 g;			
sobota 2024-07-20		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 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,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora. 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 koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2798.26 kcal; Białko ogółem: 117.91 g; Tłuszcz: 83.63 g; Węglowodany ogółem: 401.27 g; Wapń: 948.81 mg; Żelazo: 16.79 mg; Potas: 4865.34 mg; Sól: 15.72 g; Fosfor: 1882.61 mg; Witamina D: 4.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2303.16 ug; Witamina B6: 3.13 mg; Witamina C: 139.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.83 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; suma cukrów prostych: 77.45 g;			
sobota 2024-07-20		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka wołowa faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), pomidory 50 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2262.02 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 52.38 g; Węglowodany ogółem: 383.2 g; Wapń: 216.23 mg; Żelazo: 14.28 mg; Potas: 4502.86 mg; Sól: 14.27 g; Fosfor: 1210.58 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1893.74 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 150.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.19 g; suma cukrów prostych: 58.8 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), paszтет pieczony wieprz. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy. 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), 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,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy 25 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2560.19 kcal; Białko ogółem: 99.8 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 333.31 g; Wapń: 678.03 mg; Żelazo: 11.69 mg; Potas: 3702.75 mg; Sól: 13.58 g; Fosfor: 1361.28 mg; Witamina D: 4.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1627.58 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 97.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; suma cukrów prostych: 70.55 g;		
niedziela 2024-07-21 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,), paszтет pieczony wieprz. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,), pomidory 40 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kotlet schabowy DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z pory i marchwi DZ 100 g (JAJ, MLE, GOR,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biskopity 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,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy DZ 20 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2106.19 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 82.65 g; Węglowodany ogółem: 272.42 g; Wapń: 609.59 mg; Żelazo: 9.06 mg; Potas: 3032.34 mg; Sól: 10.43 g; Fosfor: 1111.83 mg; Witamina D: 2.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1307.94 ug; Witamina B6: 2 mg; Witamina C: 79.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g; suma cukrów prostych: 75.33 g;		
niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2226.62 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 67.83 g; Węglowodany ogółem: 311.25 g; Wapń: 692.31 mg; Żelazo: 11.18 mg; Potas: 4020.55 mg; Sól: 14.77 g; Fosfor: 1449.42 mg; Witamina D: 3.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1291.94 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 96.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.72 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; suma cukrów prostych: 78.12 g;		
niedziela 2024-07-21 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany DZ 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkopity 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 konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1896.28 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 60.5 g; Węglowodany ogółem: 262.46 g; Wapń: 628.3 mg; Żelazo: 8.9 mg; Potas: 3340.3 mg; Sól: 11.61 g; Fosfor: 1211.9 mg; Witamina D: 1.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 964.49 ug; Witamina B6: 2.01 mg; Witamina C: 80.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.44 g; Błonnik pokarmowy: 18.08 g; suma cukrów prostych: 80.97 g;		
niedziela 2024-07-21 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 pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1873.4 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 289.86 g; Wapń: 246.35 mg; Żelazo: 10.77 mg; Potas: 3429.98 mg; Sól: 14.37 g; Fosfor: 1127.84 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1088.82 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 91.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g; suma cukrów prostych: 56.74 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-21		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>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa pomidorowa 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 , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kiełb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1878.05 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 278.4 g; Wapń: 507.08 mg; Żelazo: 11.38 mg; Potas: 3934.6 mg; Sól: 14.62 g; Fosfor: 1324.64 mg; Witamina D: 2.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1118.95 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 107.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.2 g; suma cukrów prostych: 29.97 g;			
niedziela 2024-07-21		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>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Zupa pomidorowa 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 pory i marchwi 150 g (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej 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 koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kiełb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2141.48 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 69.3 g; Węglowodany ogółem: 280.16 g; Wapń: 986.13 mg; Żelazo: 13.28 mg; Potas: 4719.33 mg; Sól: 14.89 g; Fosfor: 1871.83 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1729.82 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 156.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.38 g; Błonnik pokarmowy: 35.61 g; suma cukrów prostych: 41.09 g;			
niedziela 2024-07-21		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>), połędwica z ind 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>),	Zupa pomidorowa 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. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jablek 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>), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kiełb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2243.97 kcal; Białko ogółem: 68.34 g; Tłuszcz: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 358.7 g; Wapń: 227.98 mg; Żelazo: 12.18 mg; Potas: 3804.07 mg; Sól: 15.49 g; Fosfor: 996.81 mg; Witamina D: 3.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1708.75 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 128.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.3 g; suma cukrów prostych: 27.22 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-07-21		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany-nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2238.07 kcal; Białko ogółem: 67 g; Tłuszcz: 62.38 g; Węglowodany ogółem: 357.98 g; Wapń: 214.95 mg; Żelazo: 11.17 mg; Potas: 3354.9 mg; Sól: 15.47 g; Fosfor: 966.58 mg; Witamina D: 3.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1695.32 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 97.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; suma cukrów prostych: 56.73 g;		
niedziela 2024-07-21		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany.(2.00 porcje) 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2560.12 kcal; Białko ogółem: 126.74 g; Tłuszcz: 85.15 g; Węglowodany ogółem: 324.97 g; Wapń: 915.76 mg; Żelazo: 12.7 mg; Potas: 4791.41 mg; Sól: 15.88 g; Fosfor: 1893.06 mg; Witamina D: 4.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1483.28 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 115.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.28 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; suma cukrów prostych: 78.64 g;		
niedziela 2024-07-21		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 pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 160 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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,), Rizotto z jarzynami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2373.23 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węglowodany ogółem: 358.67 g; Wapń: 225.32 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 3626.7 mg; Sól: 15.66 g; Fosfor: 1133.17 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1773.39 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 98.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 56.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów