

Jadłospis na 16-02-2024 r.
piątek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kiełkami 70 g /m/, Banan 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morschuczka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/,	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2116 kcal B: 103,0 g T: 76,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27,0 g	W: 286,1 g w tym cukry: 44,1 g Sól: 5,6 g Błonnik: 33,7 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kiełkami 70 g /m/, Banan 1 szt., Sałata 50 g	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morschuczka 100 g /r,j,gl/, Jarzynka po grecku 120 g /s,* /	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/,	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2311 kcal B: 109,0 g T: 78,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,1 g	W: 327,9 g w tym cukry: 46,2 g Sól: 5,7 g Błonnik: 37,3 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kiełkami 70 g /m/, Jabłko 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morschuczka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/,	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2249kcal B: 106,8 g T: 81,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,2 g	W: 310,9 g w tym cukry: 40,9 g Sól: 6,2 g Błonnik: 41,8 g
O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - MIKSOWANA	Zupa mleczna wzmocniona (miksowana) 350 ml /m,gl/	Mix obiadowy 350 ml /s,j,* /	Mix kolacyjny 350 ml /s,j,* /	Mix kolacyjny 350 ml /s,j,* /	E: 2089 kcal B: 94 g T: 90 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39 g	W: 232 g w tym cukry: 73 g Sól: 1,68 g Błonnik: 13 g

Smacznego

Jadłospis na 16-02-2024 r.
piątek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Banan 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/,	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2116 kcal B: 103,0 g T: 76,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27,0 g	W: 286,1 g w tym cukry: 44,1 g Sól: 5,6 g Błonnik: 33,7 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Banan 1 szt., Sałata 50 g	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Jarzynka po grecku 120 g /s,*/	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/,	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2164 kcal B: 105,4 g T: 76,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,6 g	W: 298,2 g w tym cukry: 45,2 g Sól: 5,2 g Błonnik: 36,3 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Banan 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/, Mozzarella ½ szt. /m/	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2446 kcal B: 124,1 g T: 91,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,4 g	W: 316,6 g w tym cukry: 48,6 g Sól: 6,3 g Błonnik: 36,8 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z kielkami 70 g /m/, Jabłko 1 szt. , Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml /s,m/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z ciecierzycą, fetą i ogórkiem 100 g /m/, Mozzarella ½ szt. /m/	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2347 kcal B: 119,0 g T: 90,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,7 g	W: 307,1 g w tym cukry: 31,3 g Sól: 6,2 g Błonnik: 44,4 g