

Jadłospis na 19-01-2024 r.
piątek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Bułka pszenna 1 szt. /gl/ Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/ + Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/ Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/ Surówka z kiszonej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/ Masło 10 g /m/ Sałatka z cieciorki 100 g /m/ Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2191 kcal B: 99 g T: 71,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,7 g	W: 315,2 g w tym cukry: 69,6 g Sól: 4 g Błonnik: 30,6 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Weka 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/ + Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/ Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/ Jarzynka po grecku 120 g /s,*	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg 70 g /m/ Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2217 kcal B: 96,2 g T: 65,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,2 g	W: 327,9 g w tym cukry: 72,4 g Sól: 4,4 g Błonnik: 33,1 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Chleb razowy 100 g /gl,m/ Masło 10 g /m/ Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/ Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/ Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/ Jarzynka po grecku 120 g /s,*	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/ Masło 10 g /m/ Twaróg 70 g /m/ Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2283 kcal B: 111,8 g T: 76,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26,3 g	W: 316,4 g w tym cukry: 47,1 g Sól: 4,5 g Błonnik: 43,4 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 19-01-2024 r.
piątek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Dżem 50 g /*/ + Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Sałatka z ciecioriki 100 g /m/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2191 kcal B: 99 g T: 71,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,7 g	W: 315,2 g w tym cukry: 69,6 g Sól: 4 g Błonnik: 30,6 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Dżem 50 g /*/ + Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/, 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 ciecioriki 100 g /m/	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2181 kcal B: 100 g T: 64,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,1 g	W: 328,6 g w tym cukry: 71,8 g Sól: 3,7 g Błonnik: 32 g
DLA KOBIET W CIAŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Bułka pszenna 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Sałatka z ciecioriki 100 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2420 kcal B: 109,4 g T: 82,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,2 g	W: 340,8 g w tym cukry: 70,6 g Sól: 4,6 g Błonnik: 33,8 g
DLA KOBIET W CIAŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/ Jabłko 1 szt. + Sałata 50 g	Herbata 200 ml Krupnik z ziemniakami 350 ml /s,gl/, Ziemniaki 180 g, Pieczeń z morszczuka 100 g /r,j,gl/, Surówka z kiszanej kapusty 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Sałatka z ciecioriki 100 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2613 kcal B: 127,1 g T: 87,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,8 g	W: 372 g w tym cukry: 48,1 g Sól: 5,2 g Błonnik: 46,7 g