

Jadłospis na 26-02-2024
Poniedziałek
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 grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka smażona 1 szt. /gl,j,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2245 kcal B: 121,0 g T: 81,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,3 g	W: 290,9 g w tym cukry: 52,3 g Sól: 4,2 g Błonnik: 35,6 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m, gl/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt., Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka w sosie 180 g. /gl,s,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2176 kcal B: 118,9 g T: 80,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,1 g	W: 278,4 g w tym cukry: 53,1 g Sól: 4,0 g Błonnik: 35,9 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/, Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka w sosie 180 g. /gl,s,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2244 kcal B: 118,2 g T: 79,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,9 g	W: 301,3 g w tym cukry: 52,7 g Sól: 5,3 g Błonnik: 40,6 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 26-02-2024
Poniedziałek
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 grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka smażona 1 szt. /gl,j,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2245 kcal B: 121,0 g T: 81,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,3 g	W: 290,9 g w tym cukry: 52,3 g Sól: 4,2 g Błonnik: 35,6 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt., Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka w sosie 180 g. /gl,s,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2176 kcal B: 118,9 g T: 80,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,1 g	W: 278,4 g w tym cukry: 53,1 g Sól: 4,0 g Błonnik: 35,9 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka smażona 1 szt. /gl,j,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 150 g /gl,so,se/, Masło 15 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Jajo 1 szt. /j/, Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2494 kcal B: 133,1 g T: 93,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,2 g	W: 316,6 g w tym cukry: 53,2 g Sól: 4,9 g Błonnik: 38,8 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt., Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml /s,*/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś z kurczaka w sosie 180 g. /gl,s,*/, Mix warzyw gotowanych 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r,*/ Jajo 1 szt. /j/, Sałata 50 g.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2249 kcal B: 120,7 g T: 83,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,3 g	W: 294,7 g w tym cukry: 40,8 g Sól: 5,6 g Błonnik: 42,7 g