

Jadłospis na 08.12.2023r.
piątek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

<i>DIETA</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Posiłek wieczorny</i>	<i>Wartość odżywcza</i>	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Filet z morszczuka smażony 1 szt. /r,j,gl/, Surówka z kapusty kiszonej 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2049 kcal B: 71,7 g T: 72,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,5g	W: 305,8 g w tym cukry: 84,5 g Sól: 6,0 g Błonnik: 30,3 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Pulpet rybny 160 g /r,gl,j/, Ziemniaki gotowane 180 g, Jarzynka po grecku 120 g /s,*/	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Sałata 50 g	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2129 kcal B: 76 g T: 66 w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27 g	W: 338 g w tym cukry: 88 g Sól: 5,0 g Błonnik: 33 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/ Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Pulpet rybny 160 g /r,gl,j/, Ziemniaki gotowane 180 g, Jarzynka po grecku 120 g /s,*/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Sałata 50 g	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2112 kcal B: 89 g T: 77 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26 g	W: 303 g w tym cukry: 46 g Sól: 4,3 g Błonnik: 40 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

Jadłospis na 08.12.2023r.
piątek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Filet z morszczuka smażony 1 szt. /r,j,gl/, Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek kiszony 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2049 kcal B: 71,7 g T: 72,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,5g	W: 305,8 g w tym cukry: 84,5 g Sól: 6,0 g Błonnik: 30,3 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Pulpet rybny 160 g /r,gl,j/, Ziemniaki gotowane 180 g, Jarzynka po grecku 120 g /s,* /	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Sałata 50 g	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2000 kcal B: 72,1 g T: 65,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 25,0 g	W: 309,2 g w tym cukry: 86,7 g Sól: 3,9 g Błonnik: 31,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/ Dżem 50 g /*/, Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Filet z morszczuka smażony 1 szt. /r,j,gl/, Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek kiszony 1 szt. , Twaróg 70 g /m/	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2330 kcal B: 88,0 g T: 85,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,7 g	W: 333,6 g w tym cukry: 87,5 g Sól: 6,6 g Błonnik: 33,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/ Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Papryka ¼ szt., Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Pulpet rybny 160 g /r,gl,j/, Ziemniaki gotowane 180 g, Surówka z kapusty kiszzonej 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Pasta z jaj 70 g /j,m/, Ogórek kiszony 1 szt. , Twaróg 70 g /m/	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2411 kcal B: 106,1 g T: 90,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,2 g	W: 334,6 g w tym cukry: 49,2 g Sól: 7,0 g Błonnik: 43,8 g