Jadłospis na 12-03-2024 r.
wtorek
Oddział Geriatryczno-Internistyczny

DIETA	*Śniadanie*	*Obiad*	*Kolacja*	*Posiłek wieczorny*	*Wartość odżywcza*	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Barszcz ukraiński 350 ml /s/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2025 kcal B: 77,9 g T: 71,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,3 g***	***W: 310,0 g w tym cukry: 46,1 g Sól: 4,3 g Błonnik: 44,7 g***
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,j,gl/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2208 kcal B: 85,0 g T: 80,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,9 g***	***W: 325,6 g w tym cukry: 56,7 g Sól: 4,8 g Błonnik: 41,7 g***
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,j,gl/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Barszcz ukraiński 350 ml /s/, Ryż z tofu i warzywami 350 g /so/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2346 kcal B: 101,5 g T: 93,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,2 g***	***W: 322,9 g w tym cukry: 38,4 g Sól: 5,4 g Błonnik: 49,8 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***

Jadłospis na 12-03-2024 r.
Wtorek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	*Śniadanie*	*Obiad*	*Kolacja*	*Posiłek wieczorny*	*Wartość odżywcza*	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Barszcz ukraiński 350 ml /s/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2025 kcal B: 77,9 g T: 71,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,3 g***	***W: 310,0 g w tym cukry: 46,1 g Sól: 4,3 g Błonnik: 44,7 g***
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml /s/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 1960 kcal B: 74,3 g T: 72,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 31,5 g***	***W: 291,0 g w tym cukry: 45,1 g Sól: 4,1 g Błonnik: 40,9 g***
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Barszcz ukraiński 350 ml /s/, Ryż z jabłkami 350 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 150 g /gl,so,se/, Masło 15 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2266 kcal B: 91,8 g T: 81,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 35,9 g***	***W: 335,8 g w tym cukry: 47,3 g Sól: 5,7 g Błonnik: 47,9 g***
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Marchew 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Barszcz ukraiński 350 ml /s/, Ryż z tofu i warzywami 350 g /so/	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Twaróg z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	***E: 2336 kcal B: 104,1 g T: 95,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,2 g***	***W: 315,7 g w tym cukry: 28,8 g Sól: 6,2 g Błonnik: 52,1 g***