

Jadłospis na 25-02-2024 r.
niedziela
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/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza kuskus 160 g /gl/, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2180 kcal B: 98,4 g T: 83,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,8 g	W: 293,1 g w tym cukry: 27,7 g Sól: 3,1 g Błonnik: 35,1 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z ryżem 350 ml /m/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza kuskus 160 g /gl/, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2385 kcal B: 109,9 g T: 82,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,5 g	W: 333,7 g w tym cukry: 38,5 g Sól: 3,8 g Błonnik: 34,5 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml, Zupa mleczna z ryżem 350 ml /m/, Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza gryczana 160 g, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2339 kcal B: 111,7 g T: 84,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,9 g	W: 319,5 g w tym cukry: 40,9 g Sól: 3,7 g Błonnik: 39,6 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 25-02-2024 r.
Niedziela
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza kuskus 160 g /gł/, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2180 kcal B: 98,4 g T: 83,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,8 g	W: 293,1 g w tym cukry: 27,7 g Sól: 3,1 g Błonnik: 35,1 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gł/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza kuskus 160 g /gł/, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gł/, Masło 10 g /m/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2137 kcal B: 99,2 g T: 74,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,2 g	W: 299,1 g w tym cukry: 26,9 g Sól: 3,1 g Błonnik: 33,8 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza kuskus 160 g /gł/, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gł,m/, Masło 15 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2339 kcal B: 108,1 g T: 84,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,6 g	W: 321,4 g w tym cukry: 28,0 g Sól: 3,8 g Błonnik: 37,4 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Twaróg z rzodkiewka i szczypiorkiem 70 g /m/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa szpinakowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza gryczana 160 g, Sałatka z buraków 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gł,m/, Masło 15 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pasta z ciecierzycy z pomidorami suszonymi 70 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	E: 2320 kcal B: 111,4 g T: 88,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,1 g	W: 310,5 g w tym cukry: 30,2 g Sól: 3,6 g Błonnik: 42,2 g