

Jadłospis na 26.11.2023r.

niedziela

Oddział Geriatryczno-Internistyczny

| DIETA | Śniadanie | Obiad | Kolacja | Posiłek wieczorny | Wartość odżywcza | |
|---|---|--|---|---------------------------------|--|--|
| PODSTAWOWA | Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2105 kcal B: 95,9 g T: 80,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,58 g | W: 276,9 g w tym cukry: 29,6 g Sól: 3,7 g Błonnik: 29,1 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/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2365 kcal B: 106,7 g T: 87,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,8 g | W: 313,6 g w tym cukry: 38,5 g Sól: 4,0 g Błonnik: 28,2g |
| Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH | Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2341 kcal B: 106 g T: 88,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,0 g | W: 310,3 g w tym cukry: 42,3 g Sól: 4,0 g Błonnik: 32,52g |
| 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 26.11.2023r.

Niedziela

Oddział Ginekologiczno-Położniczy

| DIETA | Śniadanie | Obiad | Kolacja | Posiłek wieczorny | Wartość odżywcza | |
|--|--|--|--|---------------------------------|---|--|
| PODSTAWOWA | Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2105 kcal B: 95,9 g T: 80,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,58 g | W: 276,9 g w tym cukry: 29,6 g Sól: 3,7 g Błonnik: 29,1 g |
| ŁATWOSTRAWNA | Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2117 kcal B: 96,0 g T: 80,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,52 g | W: 279,0 g w tym cukry: 26,9 g Sól: 3,7 g Błonnik: 27,5 g |
| DLA KOBIET W CIĄŻY | Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Jajko 1 szt. /j/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2337 kcal B: 105,7 g T: 90,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 37,94 g | W: 305,2 g w tym cukry: 29,9 g Sól: 4,5 g Błonnik: 31,3 g |
| DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGROMACZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH | Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/ Mozzarella 1 szt. /m/, Jabłko 1 szt. | Herbata 200 ml Pomidorowa z zacierką 350 ml /s,gl,j/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Bitka schabowa w sosie pieczeniowym /s,gl,*/, Kalafior gotowany 120 g | Herbata 200 ml Chleb pszenny 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z makreli 100 g /r/, Jajko 1 szt. /j/, Sałata 50 g | Jogurt owocowy 1 szt. /m/ | E: 2312 kcal B: 104,5 g T: 90,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,05 g | W: 301,8 g w tym cukry: 31,6 g Sól: 4,5 g Błonnik: 34,4 g |