

Jadłospis na 05-05-2024 r.
niedziela
Oddział Geriatriczno-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 /*/, Jabłko 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Ogórek kiszony 1 szt.	Skyr 1 szt. /m/	E: 2014 kcal B: 82,5 g T: 61,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 18,0 g	W: 322,8 g w tym cukry: 28,0 g Sól: 6,8 g Błonnik: 43,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z ryżem 350 ml /m/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Sałata 50 g	Skyr 1 szt. /m/	E: 2250 kcal B: 91,4 g T: 66,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,0 g	W: 359,5 g w tym cukry: 38,4 g Sól: 5,9 g Błonnik: 41,4 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gl/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gl,so/, Ogórek kiszony 1 szt.	Skyr 1 szt. /m/	E: 2009 kcal B: 83,6 g T: 63,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 18,3 g	W: 317,3 g w tym cukry: 29,3 g Sól: 6,6 g Błonnik: 45,2 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 05-05-2024 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/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gł/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gł/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gł,so/, Ogórek kiszony 1 szt.	Skyr 1 szt. /m/	E: 2014 kcal B: 82,5 g T: 61,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 18,0 g	W: 322,8 g w tym cukry: 28,0 g Sól: 6,8 g Błonnik: 43,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gł/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gł/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gł/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /gł,so/, Sałata 50 g	Skyr 1 szt. /m/	E: 2002 kcal B: 80,7 g T: 59,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 17,7 g	W: 324,9 g w tym cukry: 26,8 g Sól: 5,2 g Błonnik: 40,6 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gł/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 150 g /gł/, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /*/, Pasta warzywna 1 szt. /gł,so/, Ogórek kiszony 1 szt.	Skyr 1 szt. /m/	E: 2258 kcal B: 95,8 g T: 71,0 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,4 g	W: 351,3 g w tym cukry: 28,6 g Sól: 8,3 g Błonnik: 45,4 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gł,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Jabłko 1 szt. Papryka ¼ szt.	Herbata 200 ml Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gł,s,*/, Kasza jęczmienna 160 g /gł/, Surówka z marchewki 120 g	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gł,m/, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /*/, Pasta warzywna 1 szt. /gł,so/, Ogórek kiszony 1 szt.	Skyr 1 szt. /m/	E: 2250 kcal B: 97,5 g T: 74,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 22,9 g	W: 343,0 g w tym cukry: 30,6 g Sól: 8,1 g Błonnik: 48,4 g