

Jadłospis na 10-05-2024 r.
piątek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Bułka pszenna 1 szt. /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/ Masło 10 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2075 kcal B: 83,1 g T: 77,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,3 g	W: 287,3 g w tym cukry: 56,2 g Sól: 3,6 g Błonnik: 28,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Weka 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Sałata 50 g	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2288 kcal B: 87,5 g T: 84,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 30,9 g	W: 319,0 g w tym cukry: 56,2 g Sól: 4,0 g Błonnik: 25,5 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Chleb żytni 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Sałata 50 g	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2238 kcal B: 102,9 g T: 89,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,5 g	W: 290,1 g w tym cukry: 38,5 g Sól: 4,0 g Błonnik: 36,6 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 10-05-2024 r.
piątek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Bułka pszenna 1 szt. /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/ Masło 10 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2075 kcal B: 83,1 g T: 77,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,3 g	W: 287,3 g w tym cukry: 56,2 g Sól: 3,6 g Błonnik: 28,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Bułka pszenna 1 szt. /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 100 g /gl,so,se/ Masło 10 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Sałata 50 g	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2075 kcal B: 83,4 g T: 77,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,3 g	W: 287,3 g w tym cukry: 56,2 g Sól: 3,5 g Błonnik: 28,6 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,jj/ Bułka pszenna 1 szt. /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb wieloziarnisty 150 g /gl,so,se/ Masło 15 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Tuńczyk 50 g /r/ Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/	E: 2325 kcal B: 100,0 g T: 87,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 32,8 g	W: 314,3 g w tym cukry: 57,8 g Sól: 4,8 g Błonnik: 31,2 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/ Masło 10 g /m/ Twaróg z kiełkami 70 g /m/ Jabłko 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Krupnik z kaszą jęczmienną 350 ml /s/ Pieczeń z morszczuka 90 g /r,gl,jj/ Ziemniaki 180 g, Mieszanka warzyw gotowana 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 150 g /gl/ Masło 15 g /m/ Pasta z jaj 70 g /j,m/ Tuńczyk 50 g /r/ Ogórek szklarniowy ¼ szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2276 kcal B: 106,1 g T: 98,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 36,7 g	W: 278,6 g w tym cukry: 24,1 g Sól: 4,8 g Błonnik: 38,8 g