

Jadłospis na 22-04-2024
Poniedziałek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g, Mozzarella 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt., Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2350 kcal B: 133,4 g T: 79,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,0 g	W: 309,9 g w tym cukry: 45,7 g Sól: 6,2 g Błonnik: 36,5 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Sałata 50 g	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2502 kcal B: 138,6 g T: 79,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,0 g	W: 342,7 g w tym cukry: 46,1 g Sól: 5,0 g Błonnik: 38,2 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt., Kiwi 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2138 kcal B: 123,9 g T: 72,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 29,7 g	W: 284,0 g w tym cukry: 21,7 g Sól: 6,5 g Błonnik: 39,1 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 22-04-2024
Poniedziałek
Oddział Ginekologiczno - Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g, Mozzarella 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt., Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2350 kcal B: 133,4 g T: 79,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,0 g	W: 309,9 g w tym cukry: 45,7 g Sól: 6,2 g Błonnik: 36,5 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g, Mozzarella 1 szt. /m/, Banan 1 szt. Pomidor ½ szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Sałata 50 g	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2373 kcal B: 134,5 g T: 78,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 33,9 g	W: 314,2 g w tym cukry: 44,7 g Sól: 4,4 g Błonnik: 35,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą manną 350 ml /m,gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g, Mozzarella 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt., Banan 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2589 kcal B: 144,4 g T: 90,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,8 g	W: 336,0 g w tym cukry: 46,6 g Sól: 7,0 g Błonnik: 39,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Mozzarella 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt., Kiwi 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa z soczewicą 350 ml /s/, Indyk gotowany w sosie 180 g /gl,s,*/, Ziemniaki 180 g, Mix sałat z dodatkami 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 15 g /m/, Pasta warzywna 1 szt. /so,gl/, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. /m/	E: 2377 kcal B: 134,8 g T: 83,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,5 g	W: 310,2 g w tym cukry: 22,6 g Sól: 7,3 g Błonnik: 42,0 g