

**Jadłospis na 27-04-2024 r.**  
**Sobota**  
**Oddział Geriatriczno-Internistyczny**

<b>DIETA</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Posiłek wieczorny</b>	<b>Wartość odżywcza</b>	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2119 kcal</b> <b>B: 93,4 g</b> <b>T: 85,2 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,5 g</b>	<b>W: 272,7 g</b> <b>w tym cukry: 29,9 g</b> <b>Sól: 6,5 g</b> <b>Błonnik: 30,2 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomidor ½ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2242 kcal</b> <b>B: 96,2 g</b> <b>T: 83,6 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,1 g</b>	<b>W: 304,2 g</b> <b>w tym cukry: 30,1 g</b> <b>Sól: 6,4g</b> <b>Błonnik: 30,5 g</b>
<b>Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 1987 kcal</b> <b>B: 86,0 g</b> <b>T: 80,0 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,4 g</b>	<b>W: 261,6 g</b> <b>w tym cukry: 18,7 g</b> <b>Sól: 6,7 g</b> <b>Błonnik: 33,0 g</b>
<b>O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - MIKSOWANA</b>	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,*/	<b>E: 2089 kcal</b> <b>B: 94 g</b> <b>T: 90 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39 g</b>	<b>W: 232 g</b> <b>w tym cukry: 73 g</b> <b>Sól: 1,68 g</b> <b>Błonnik: 13 g</b>

*Smacznego*

**Jadłospis na 27-04-2024 r.**  
**Sobota**  
**Oddział Ginekologiczno-Położniczy**

<b>DIETA</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Posiłek wieczorny</b>	<b>Wartość odżywcza</b>	
<b>PODSTAWOWA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2119 kcal</b> <b>B: 93,4 g</b> <b>T: 85,2 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,5 g</b>	<b>W: 272,7 g</b> <b>w tym cukry: 29,9 g</b> <b>Sól: 6,5 g</b> <b>Błonnik: 30,2 g</b>
<b>ŁATWOSTRAWNA</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomidor ½ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Sałata 50 g	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2113 kcal</b> <b>B: 92,1 g</b> <b>T: 82,7 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,2 g</b>	<b>W: 275,7 g</b> <b>w tym cukry: 28,7 g</b> <b>Sól: 5,8 g</b> <b>Błonnik: 27,8 g</b>
<b>DLA KOBIET W CIĄŻY</b>	Herbata 200 ml Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350 ml /m/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Twaróg 70 g /m/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2371 kcal</b> <b>B: 110,5 g</b> <b>T: 94,5 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 43,5 g</b>	<b>W: 300,5 g</b> <b>w tym cukry: 33,1 g</b> <b>Sól: 7,1 g</b> <b>Błonnik: 33,4 g</b>
<b>DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH</b>	Herbata 200 ml Chleb razowy 100 g /gl,m/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Papryka ¼ szt., Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml /s/, Makaron pełnoziarnisty 160 z fetą i szpinakiem 200 g /gl,m/	Herbata 200 ml Chleb razowy 150 g /gl,m/, Masło 15 g /m/, Polędwica drobiowa 50 g /*/, Twaróg 70 g /m/, Ogórek kiszony 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt. /m/	<b>E: 2239 kcal</b> <b>B: 103,0 g</b> <b>T: 89,3 g</b> <b>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 39,4 g</b>	<b>W: 289,5 g</b> <b>w tym cukry: 21,9 g</b> <b>Sól: 7,2 g</b> <b>Błonnik: 36,3 g</b>