

Jadłospis na 29.11.2023r.

Środa

Oddział Internistyczno-Geriatryczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Kotlet z piersi 1 szt. /s, gl, j, */, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Papryka ¼ szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2079 kcal B: 99,6 g T: 70,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24 g	W: 294,5 g w tym cukry: 63,4 g Sól: 4,3 g Błonnik: 36,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m,gl,j/, Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś w sosie koperkowym 180 g /s,gl,*/, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Weka 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Sałata 50 g	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2146 kcal B: 96,4 g T: 67,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24,3 g	W: 315,9 g w tym cukry: 60,9 g Sól: 4,4 g Błonnik: 30,4 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Jabłko 1 szt. + Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś w sosie koperkowym 180 g /s,gl,*/, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Sałata 50 g	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2077 kcal B: 99,6 g T: 66,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 23,6 g	W: 308,1 g w tym cukry: 62,2 g Sól: 4,6 g Błonnik: 39,9 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

Jadłospis na 29.11.2023

Środa

Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Kotlet z piersi 1 szt. /s, gl, j, */, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Papryka ¼ szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2079 kcal B: 99,6 g T: 70,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 24 g	W: 294,5 g w tym cukry: 63,4 g Sól: 4,3 g Błonnik: 36,2 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś w sosie koperkowym 180 g /s,gl,*/, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb pszenny 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Sałata 50 g	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 1982 kcal B: 97 g T: 62,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 23,1 g	W: 289,6 g w tym cukry: 62,9 g Sól: 4,2 g Błonnik: 34,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Bułka grahamka 1 szt. /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomarańcza 1 szt.	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Kotlet z piersi 1 szt. /s, gl, j, */, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Papryka ¼ szt. Polędwica drobiowa 50 g /*/	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2284 kcal B: 113,8 g T: 77,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 27,1 g	W: 319,8 g w tym cukry: 64,3 g Sól: 5,7 g Błonnik: 39,5 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml Zupa mleczna z zacierką 350 ml /m, j, gl/, Chleb żytni 100 g /gl/, Masło 10 g /m/, Jajko 1 szt. /j/, Pomarańcza 1 szt. Pomidorki koktajlowe 50 g	Herbata 200 ml Krem z białych warzyw 350 ml /s/, Ziemniaki gotowane 180 g, Pierś w sosie koperkowym 180 g /s,gl,*/, Mieszanka warzyw 120 g	Herbata 200 ml Chleb żytni 150 g /gl/, Masło 15 g /m/, Sałatka z tuńczyka 100 g /r/, Papryka ¼ szt. Polędwica drobiowa 50 g /*/	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl/	E: 2306 kcal B: 115,4 g T: 72,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 26,7 g	W: 338,9 g w tym cukry: 67 g Sól: 6 g Błonnik: 44,2 g