

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Zacierka na mleku 350ml (GLU, JAJ, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Rospzonka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 350ml (GLU), Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 70g) 80g (GLU), Kasza gryczana 140g, Buraczki gotowane 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasztet drobiowo-wieprzowy z warzywami 60g (GLU, JAJ, MLE, SEL), Ogórek kiszony 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2039.95 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 264.86 g; suma cukrów prostych: 86.98 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.18 g;		
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiak., wątr., trzustk.		
Zacierka na mleku 0,5% tł. 350ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Rospzonka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350ml (GLU), Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 70g) 80g (GLU), Kasza jęczmienna 140g (GLU), Buraczki gotowane 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Szyunka miodowa z indyka 60g (SOJ, SEL), Dynia pieczona z ziołami 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1903.30 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 265.28 g; suma cukrów prostych: 82.15 g; Sól: 4.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g;		
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Zacierka na wywarze jarzynowym 350ml (GLU, JAJ), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Połędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Rospzonka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 350ml (GLU), Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 70g) 80g (GLU), Kasza gryczana 140g, Surówka z kapusty białej i czerwonej z olejem 130g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Szyunka miodowa z indyka 60g (SOJ, SEL), Ogórek kiszony 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1776.76 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 61.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 247.80 g; suma cukrów prostych: 72.78 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g;		
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Rospzonka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 350ml (GLU), Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 70g) 80g (GLU), Kasza gryczana 140g, Surówka z kapusty białej i czerwonej z olejem 130g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Szyunka miodowa z indyka 60g (SOJ, SEL), Ogórek kiszony 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata b/c 250ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1914.32 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 232.20 g; suma cukrów prostych: 38.01 g; Sól: 7.70 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g;		
sobota 2024-04-27 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Zacierka na mleku 200ml (GLU, JAJ, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Połędwica drobiowa 30g (GLU, SOJ), Rospzonka 10g, Pomidor bez skóry 40g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 200ml (GLU), Bitki wieprzowe duszone w ziołach w sosie własnym (sos 70g) 40g (GLU), Kasza jęczmienna 70g (GLU), Buraczki gotowane 80g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Szyunka miodowa z indyka 30g (SOJ, SEL), Dynia pieczona z ziołami 40g, Sałata (liść) 10g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1193.84 kcal; Białko ogółem: 44.27 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 168.54 g; suma cukrów prostych: 71.15 g; Sól: 2.76 g; Błonnik pokarmowy: 15.21 g;		

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Płatki jęczmienne na mleku 350ml (GLU, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Hummus 40g, Filet królewski z indyka 30g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 80g, Rzoszponka 20g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150g (GLU), Ziemniaki 200g, Mix sałat z pomidorem i sosem vinegret 130g (GOR), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Serek Almette 40g (MLE), Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1,5% tł. 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2047.60 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 261.45 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;		
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiałk., wiatr., trzustk.		
Płatki jęczmienne na mleku 0,5% tł. 350ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Filet królewski z indyka 60g (GLU, SOJ), Cukinia pieczona 80g, Rzoszponka 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150g (GLU), Ziemniaki 200g, Mix sałat z pomidorem i sosem vinegret 100g (GOR), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 60g, Sałata (2 liście) 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1,5% tł. 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1949.64 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 262.81 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g;		
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350ml (GLU), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Hummus 40g, Filet królewski z indyka 30g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 80g, Rzoszponka 20g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU),	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL), Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 150g (GLU), Ziemniaki 200g, Mix sałat z pomidorem i sosem vinegret 100g (GOR), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Wędlina śniadaniowa drobiowa 60g, Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1856.36 kcal; Białko ogółem: 66.15 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.74 g; Węglowodany ogółem: 264.03 g; suma cukrów prostych: 57.05 g; Sól: 5.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;		
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Hummus 40g, Filet królewski z indyka 30g (GLU, SOJ), Ogórek świeży 80g, Rzoszponka 20g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU),	Rosół z makaronem razowym 350ml (GLU, SEL), Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Mix sałat z pomidorem i sosem vinegret 100g (GOR), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c 250g,	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Serek Almette 40g (MLE), Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Herbata b/c 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1,5% tł. 150g,	Posiłek nocny: Kanapka z pieczywa razowego z wędliną drobiową i sałata 115g (GLU, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1870.29 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz: 80.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 226.42 g; suma cukrów prostych: 24.12 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		
niedziela 2024-04-28 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Filet królewski z indyka 30g (GLU, SOJ), Cukinia pieczona 40g, Rzoszponka 10g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem 200ml (GLU, JAJ, SEL), Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 100g, Mix sałat z pomidorem i sosem vinegret 50g (GOR), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Sałata (liść) 10g, Pomidor bez skóry 40g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1,5% tł. 150g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1137.90 kcal; Białko ogółem: 47.79 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 147.34 g; suma cukrów prostych: 43.15 g; Sól: 3.22 g; Błonnik pokarmowy: 9.34 g;		

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Płatki i otręby pszenne na mleku 350g (GLU, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100g (JAJ, RYB, GOR), Mix sałat 20g, Papryka 80g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Banan 1szt,	Solferino 350ml (GLU), Gulasz wieprzowo-wołowy gotowany w sosie własnym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i olejem 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 60g (GLU, SOJ), Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Podwieczorek: Kisiel 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2115.05 kcal; Białko ogółem: 76.36 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; suma cukrów prostych: 97.17 g; Sól: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.76 g;		
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiak., wątr., trzusk.		
Płatki pszenne na mleku 0,5% tł. 350ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100g (JAJ, RYB, GOR), Mix sałat 20g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Banan 1szt,	Solferino 350ml (GLU), Gulasz wieprzowo-wołowy gotowany w sosie własnym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z marchwi drobno starta z olejem 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 60g (GLU, SOJ), Roszponka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Podwieczorek: Kisiel 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.82 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; suma cukrów prostych: 99.48 g; Sól: 5.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;		
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Płatki i otręby pszenne na wywarze jarzynowym 350ml (GLU), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100g (JAJ, RYB, GOR), Mix sałat 20g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU), II Śniadanie: Banan 1szt,	Solferino 350ml (GLU), Gulasz wieprzowo-wołowy gotowany w sosie własnym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i olejem 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Połędwica miodowa drobiowa 60g (GLU, SOJ), Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
Podwieczorek: Kisiel 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1989.05 kcal; Białko ogółem: 66.32 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 287.40 g; suma cukrów prostych: 83.09 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.46 g;		
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100g (JAJ, RYB, GOR), Mix sałat 20g, Papryka 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU), II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Solferino 350ml (GLU), Gulasz wieprzowo-wołowy gotowany w sosie własnym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z białej kapusty z marchewką i olejem 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c 250g,	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 60g (GLU, SOJ), Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata b/c 250ml,
Podwieczorek: Kisiel b/c 150g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1703.88 kcal; Białko ogółem: 59.90 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 232.72 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Sól: 4.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g;		
poniedziałek 2024-04-29 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Płatki pszenne na mleku 200g (GLU, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Pasta ryбно-warzywna (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50g (JAJ, RYB, GOR), Mix sałat 10g, Pomidor bez skóry 40g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Banan 1szt,	Solferino 200ml (GLU), Gulasz wieprzowo-wołowy gotowany w sosie własnym (sos 80g) 40g (GLU), Ziemniaki 100g, Surówka z marchwi drobno starta z olejem 50g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Połędwica miodowa drobiowa 30g (GLU, SOJ), Roszponka 10g, Pomidor bez skóry 40g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
Podwieczorek: Kisiel 150g,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1316.06 kcal; Białko ogółem: 40.45 g; Tłuszcz: 44.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 191.59 g; suma cukrów prostych: 77.01 g; Sól: 2.76 g; Błonnik pokarmowy: 13.64 g;		

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Makaron na mleku 350g (GLU, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Schab benedyktyński 60g (SOJ), Cwikła z jabłkiem 80g, Sałata (2 liście) 20g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350ml (GLU), Zapiekanka ziemniaczana z ciecierzycą i warzywami 350g (GLU), Szpinak duszony z sosem koperkowym 150g (GLU, SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g, Podwieczorek: Surówka z marchwi i jabłka 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2197.11 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 295.27 g; suma cukrów prostych: 79.99 g; Sól: 4.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbialk., wątr., trzustk.		
Makaron na mleku 0,5% tł. 350ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Schab benedyktyński 60g (SOJ), Cwikła z jabłkiem 80g, Sałata (2 liście) 20g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350ml (GLU), Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, brokuł, cukinia, włoszczyzna) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Szpinak duszony z sosem koperkowym 150g (GLU, SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g, Podwieczorek: Surówka z marchwi i jabłka 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor bez skóry 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.05 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; suma cukrów prostych: 81.21 g; Sól: 4.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Makaron na wywarze jarzynowym 350ml (GLU), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Schab benedyktyński 60g (SOJ), Cwikła z jabłkiem 80g, Sałata (2 liście) 20g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU), II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350ml (GLU), Zapiekanka ziemniaczana z ciecierzycą i warzywami 350g (GLU), Szpinak duszony z sosem koperkowym 150g (GLU, SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g, Podwieczorek: Surówka z marchwi i jabłka 150g (ginekologia, położnictwo, pediatria)	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Polędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Pomidor 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.33 kcal; Białko ogółem: 72.77 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 277.75 g; suma cukrów prostych: 62.24 g; Sól: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 36.91 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Schab benedyktyński 60g (SOJ), Rzodkiewka 80g, Sałata (2 liście) 20g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU), II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350ml (GLU), Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, brokuł, cukinia, włoszczyzna) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Szpinak duszony z sosem koperkowym 150g (GLU, SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c 250g, Podwieczorek: Surówka z marchwi i jabłka 150g,	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Twarożek z koperkiem 100g (MLE), Pomidor 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata b/c 250ml, Posiłek nocny: Kanapka z pieczywa razowego z wędliną drobiową i sałata 115g (GLU, SOJ, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.26 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 262.45 g; suma cukrów prostych: 42.00 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 43.11 g;

wtorek 2024-04-30 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Makaron na mleku 200g (GLU, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Schab benedyktyński 30g (SOJ), Cwikła z jabłkiem 40g, Sałata (liść) 10g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE), II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 200ml (GLU), Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, brokuł, cukinia, włoszczyzna) 40g (GLU), Ziemniaki 100g, Szpinak duszony z sosem koperkowym 80g (GLU, SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g, Podwieczorek: Surówka z marchwi i jabłka 150g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Twarożek z koperkiem 50g (MLE), Pomidor bez skóry 40g, Sałata (liść) 10g, Herbata (cukier 10g) 200ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1314.74 kcal; Białko ogółem: 47.51 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 176.63 g; suma cukrów prostych: 60.58 g; Sól: 2.28 g; Błonnik pokarmowy: 16.57 g;

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 350g (GLU, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Hummus 40g, Sałata (2 liście) 20g, Cukinia pieczona 80g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 350ml (GLU), Kotlekt mielony wp. smażony 90g (GLU), Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem na ciepło 150g (GLU, MLE), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica sopočka 30g (GLU, SOJ, MLE), Ser żółty 40g (MLE), Papryka 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 40g (GLU, JAJ, MLE) (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.98 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g;		
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiałk., wiatr., trzusk.		
Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350g (GLU, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 60g, Sałata (2 liście) 20g, Cukinia pieczona 80g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa z ziemniakami 350g (GLU), Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Marchew gotowana 150g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica sopočka 60g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor bez skóry 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 40g (GLU, JAJ, MLE) (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1967.52 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 57.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; suma cukrów prostych: 70.76 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;		
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 350ml (GLU), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Hummus 40g, Sałata (2 liście) 20g, Cukinia pieczona 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU),	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 350ml (GLU), Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Marchewka z groszkiem na ciepło 150g (GLU, MLE), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Polędwica sopočka 60g (GLU, SOJ, MLE), Papryka 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 3szt (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1912.01 kcal; Białko ogółem: 69.18 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.79 g; Węglowodany ogółem: 272.72 g; suma cukrów prostych: 46.67 g; Sól: 5.69 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g;		
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Hummus 40g, Sałata (2 liście) 20g, Cukinia gotowana 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU),	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 350ml (GLU), Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (sos 80g) 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica sopočka 60g (GLU, SOJ, MLE), Papryka 80g, Sałata (2 liście) 20g, Herbata b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40g (GLU, JAJ, MLE)	Posiłek nocny: Kanapka z pieczywa razowego z wędliną drobiową i sałata 115g (GLU, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1938.69 kcal; Białko ogółem: 74.14 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 262.28 g; suma cukrów prostych: 35.02 g; Sól: 6.84 g; Błonnik pokarmowy: 41.20 g;		
środa 2024-05-01 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Płatki owsiane na mleku 200g (GLU, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Wędlina śniadaniowa drobiowa 30g, Sałata (liść) 10g, Cukinia pieczona 40g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE),	Brokułowa z ziemniakami 200ml (GLU), Pulpet z indyka gotowany w sosie koperkowym (sos 80g) 40g (GLU), Ziemniaki 100g, Marchew gotowana 80g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Polędwica sopočka 30g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor bez skóry 40g, Sałata (liść) 10g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
II Śniadanie: Jabłko 1szt,	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 40g (GLU, JAJ, MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1195.41 kcal; Białko ogółem: 45.14 g; Tłuszcz: 37.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.62 g; Węglowodany ogółem: 175.85 g; suma cukrów prostych: 52.13 g; Sól: 3.06 g; Błonnik pokarmowy: 14.11 g;		

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Kasza kuskus na mleku 350g (GLU, MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta z zielonego groszku 40g, Schab pieczony 30g (SEL), Roszponka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU), Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (sos 150g) 70g (GLU), Ryż biały 140g, Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 70g (SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Mix sałat 20g, Pomidor 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 2053.37 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 285.08 g; suma cukrów prostych: 71.30 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;		
czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiałk., wątr., trzustk.		
Kasza kuskus na mleku 0,5% tł. 350ml (GLU, MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Schab pieczony 60g (SEL), Roszponka 20g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU), Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (sos 150g) 70g (GLU), Ryż biały 140g, Surówka z marchwi i jabłka 70g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Mix sałat 20g, Pomidor 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 2010.58 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 58.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 289.35 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Sól: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;		
czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350ml (GLU), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Pasta z zielonego groszku 40g, Schab pieczony 30g (SEL), Roszponka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU), Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (sos 150g) 70g (GLU), Ryż biały 140g, Surówka z marchwi i jabłka 70g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Polędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Mix sałat 20g, Pomidor 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 1931.39 kcal; Białko ogółem: 72.70 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.38 g; Węglowodany ogółem: 273.00 g; suma cukrów prostych: 58.37 g; Sól: 5.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;		
czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Schab pieczony 60g (SEL), Roszponka 20g, Pomidor 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350g (GLU), Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (sos 150g) 70g (GLU), Ryż brązowy 140g, Surówka z marchwi i jabłka 70g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c 250g,	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Polędwica drobiowa 60g (GLU, SOJ), Mix sałat 20g, Pomidor 80g, Herbata b/c 250ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Podwieczorek: Sok pomidorowy 200ml,	Posiłek nocny: Kanapka z pieczywa razowego z wędliną drobiową i sałatą 115g (GLU, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 1883.12 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 252.02 g; suma cukrów prostych: 40.31 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g;		
czwartek 2024-05-02 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Kasza kuskus na mleku 200g (GLU, MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Schab pieczony 30g (SEL), Roszponka 10g, Pomidor bez skóry 40g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami 200ml (GLU), Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (sos 150g) 40g (GLU), Ryż biały 70g, Surówka z marchwi i jabłka 40g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Polędwica drobiowa 30g (GLU, SOJ), Mix sałat 10g, Pomidor 40g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Podwieczorek: Sok owocowo-warzywny 200ml,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 1271.33 kcal; Białko ogółem: 50.59 g; Tłuszcz: 36.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 2964.29 g; suma cukrów prostych: 2091.35 g; Sól: 15.80 g; Błonnik pokarmowy: 531.71 g;		

Dietetyk

.....

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Oddział: Kościuszki Wewnętrzny		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: 3 DP Podstawowa		
Ryż na mleku 350ml (MLE), Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Ser żółty 30g (MLE), Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Kotlet z morschczuka pieczony 90g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Ser topiony 60g (MLE), Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 2144.70 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 286.13 g; suma cukrów prostych: 71.48 g; Sól: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;		
piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: 3 DP lekkostr., wrz., wysbiak., wątr., trzustk.		
Ryż na mleku 0,5% tł. 350ml (MLE), Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100g (JAJ, GOR), Sałata (2 liście) 20g, Marchew gotowana 80g, Kawa zbożowa z mlekiem 0,5% tł. (cukier 10g) 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Pulpet z morschczuka 80g (GLU, RYB), Sos jarzynowy 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 100g (SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g,	Bułka wrocławska 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Twaróg chudy 70g (MLE), Roszponka 20g, Kalafior gotowany na parze 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 2074.50 kcal; Białko ogółem: 85.48 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Sól: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;		
piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: 3 DP Bezmleczna		
Ryż na wywarze jarzynowym 350g, Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Pasta jajeczna z koperkiem 100g (JAJ, GOR), Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250ml (GLU),	Jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Kotlet z morschczuka smażony 90g (GLU, RYB), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 250g, Mandarynka 1szt,	Pieczywo pszenne 50g (GLU), Pieczywo razowe 50g (GLU), Masło roślinne 15g, Hummus 80g, Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata (cukier 10g) 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 200ml (ginekologia, położnictwo, pediatria)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 2016.97 kcal; Białko ogółem: 53.39 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; suma cukrów prostych: 61.32 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.26 g;		
piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: 3 DP Niskowęglowodanowa - cukrz., red., bogatoresz		
Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, GOR), Ser żółty 30g (MLE), Sałata (2 liście) 20g, Rzodkiewka 80g, Kawa zbożowa bez mleka b/c 250ml (GLU),	Jarzynowa 350ml (GLU, SEL), Pulpet z morschczuka 80g (GLU, RYB), Sos jarzynowy 80g (GLU), Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100g, Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) b/c 250g,	Pieczywo razowe 100g (GLU), Masło 82% tł. 15g (MLE), Twaróg chudy 70g (MLE), Roszponka 20g, Ogórek świeży 80g, Herbata b/c 250ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1,5% tł. 150g,	Posiłek nocny: Kanapka z pieczywa razowego z wędliną drobiową i sałata 115g (GLU, SOJ, MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 1939.55 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 82.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 238.70 g; suma cukrów prostych: 29.35 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.39 g;		
piątek 2024-05-03 Jadłospis dla diety: 3 DP dzieci 13-36-mscy (4-9 r.ż. + dodatek białkowy do obiadu)		
Ryż na mleku 200ml (MLE), Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50g (JAJ, GOR), Sałata (liść) 10g, Marchew gotowana 40g, Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 200ml (GLU, SEL), Pulpet z morschczuka 40g (GLU, RYB), Sos jarzynowy 40g (GLU), Ziemniaki 100g, Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50g (SEL), Kompot z owoców leśnych (jagody, maliny, borówki, poziomki) (cukier 10g) 200g,	Bułka wrocławska 50g (GLU), Masło 82% tł. 10g (MLE), Twaróg chudy 40g (MLE), Roszponka 10g, Kalafior gotowany na parze 40g, Herbata (cukier 10g) 200ml,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 200ml,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczną[kcal]: 1230.07 kcal; Białko ogółem: 46.21 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.78 g; Węglowodany ogółem: 179.93 g; suma cukrów prostych: 62.12 g; Sól: 2.66 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g;		

Rehabilitacja: Podwójna porcja mięsa

Dietetyk

.....