

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad	Kolacja Posiłek nocny

środa 2024-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
--	--	--

bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek homogenizowany President(ser homogenizowany) 50g (MLE), Szyńka beszkidzka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Rukola 10g 1Por , Mus marchewkowy 100g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 300ml (GLU, MLE),	Kompot b/cukru 250ml 250ml , Rosół z zacierką R 250ml (GLU, JAJ), Budyń mięsny gotowany 100g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, S02), Sos pomidorowy R 100ml (GLU, MLE), Ziemniaki 200g R 200g , kalafior gotowany z olejem 150g , Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt ,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy President, brokuly mrożone) 50g (MLE), Szyńka szkolna Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), pomidor b/s 50g , Sałatka z rybą gotowaną 100g 100g ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.80 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 323.48 g; suma cukrów prostych: 73.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; Sól: 5.14 g;

środa 2024-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
--	--	--

Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek homogenizowany President(ser homogenizowany) 50g (MLE), Szyńka beszkidzka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Rukola 10g 1Por , Papryka świeża 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 250ml (GLU, MLE),	Rosół z zacierką R 250ml (GLU, JAJ), Budyń mięsny gotowany 100g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki 200g R 200g , Sałatka z kapusty białej 150g 150g (SOJ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sos pieczarkowy 100ml 120ml (GLU, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt , Kompot b/cukru 250ml	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka szkolna Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy President, brokuly mrożone) 50g (MLE), pomidor 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Śledzik na raz Lisner 100g 1szt ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.69 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; suma cukrów prostych: 72.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; Sól: 7.95 g;

środa 2024-01-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
--	--	--

II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),
----------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.80 kcal; Białko ogółem: 98.90 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 323.48 g; suma cukrów prostych: 73.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; Sól: 5.14 g;

środa 2024-01-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
--	--	--

II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),
----------------------------------	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2370.69 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; suma cukrów prostych: 72.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-01-03		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) 50g (MLE), Szynka beszkińska Bielesz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Papryka świeża 90g, Rukola 10g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Rosół z zacierką R 250ml (GLU, JAJ), Budyń mięsny gotowany 100g 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki 200g R 200g, Surówka z kapusty białej i rzodkiewki R 150g, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka szkolna Bielesz 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z brokułem b.soli (ser twarogowy President, brokuły mrożone) 50g (MLE), Śledzik na raz Lisner 100g 1szt, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.13 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 293.52 g; suma cukrów prostych: 56.93 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g Sól: 8.02 g;