

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Polędwica sopočka 30g (SOJ), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), pomidor b/s 90g , Roszponka 10g 1Por , Kakao R b/cukru 250ml (MLE), Słonecznik, nasiona 30g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem R 250ml (GLU), Pałka z kurczaka gotowana 140g 1Por , Ziemniaki 200g R 200g , Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt ,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka gotowana Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 50g (MLE), brokuły gotowane 50g , Herbata b/cukru 250ml 0Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.57 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 287.31 g; suma cukrów prostych: 82.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sól: 4.92 g

wtorek 2024-01-09 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 , Polędwica sopočka 30g (SOJ), Pasta z zielonego groszku R 30g , Roszponka 10g 1Por , pomidor 90g , Kakao R b/cukru 250ml (MLE), Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU), Orzechy włoskie 30g (ORZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem R 250ml (GLU), Pałka z kurczaka gotowana 140g 1Por , Ziemniaki 200g R 200g , Bukiet jarzyn z olejem 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt ,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyńka gotowana Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 50g (MLE), ogórek zielony 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 299.54 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; Sól: 5.49 g

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Banan 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.57 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 77.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 287.31 g; suma cukrów prostych: 82.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sól: 4.92 g;

wtorek 2024-01-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Kiwi 1 szt. 1szt ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.40 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 77.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 299.54 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.78 g; Sól: 5.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-01-09			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Polędwica sopočka 30g (SOJ), Pasta z zielonego groszku R 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (ORZ), pomidor 90g, Roszponka 10g, Kakao R b/cukru 250ml (MLE), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem R 250ml (GLU), Pałka z kurczaka gotowana 140g 1Por, Ziemniaki 200g R 200g, Surówka z kapusty białej i rzodkiewki R 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa z rybą gotowaną b.soli 50g (MLE), ogórek zielony 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Szyńka gotowana Bielesz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02),			
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (SEL),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.00 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 84.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; suma cukrów prostych: 65.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 g; Sól: 5.95 g;