

Jadłospis na 07-04-2025 r.
poniedziałek
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{owc} /, Grahamka 1 szt. /gl _{bow} , gl _{owc} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gl _{owc} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy z cebulą 1 szt. / gl _{owc} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / gl _{owc} , gl _{owc} , gl _{owc} , se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, gl _{owc} */, Ogórek zielony ¼ szt.	Deser mleczny – serniczek z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, jagodowy, wiśniowy	E: 2422 kcal B: 82,6 g T: 119,1g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 50,3 g	W: 284,4 g w tym cukry: 47,2 g Sól: 6,5 g Błonnik: 29,3 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{owc} /, Weka 3 kromki /gl _{psl} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gl _{owc} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy pieczony 1 szt. / gl _{owc} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Weka 100 g /gl _{psl} /, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{owc} , gl _{owc} */, Roszponka 10 g	Deser mleczny – serniczek z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, jagodowy, wiśniowy	E: 2392 kcal B: 85,1 g T: 110,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 47,4 g	W: 294,7 g w tym cukry: 48,7 g Sól: 6,6 g Błonnik: 31,8 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / gl _{owc} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, gl _{owc} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy pieczony 1 szt. / gl _{owc} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{owc} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, gl _{owc} */, Ogórek zielony ¼ szt.	Kefir 1 szt. /m/	E: 2258 kcal B: 79,6 g T: 116,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 47,0 g	W: 248,9 g w tym cukry: 19,9 g Sól: 5,8 g Błonnik: 34,8 g
O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - MIKSOWANA	Zupa mleczna wzmocniona (miksowana) 350 ml /m, gl _{owc} , gl _{owc} /	Mix obiadowy 350 ml /s, j, */		Mix kolacyjny 350 ml /s,j, */	Mix kolacyjny 350 ml /s,j, */	E: 2006 kcal B: 75 g T: 108 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 45 g	W: 201 g w tym cukry: 72 g Sól: 1,68 g Błonnik: 18 g

Smacznego

Jadłospis na 07-04-2025 r.
poniedziałek
Oddział Ginekologiczno-Położniczy

<i>DIETA</i>	<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Podwieczorek</i>	<i>Kolacja</i>	<i>Posiłek wieczorny</i>	<i>Wartość odżywcza</i>	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, g _{low} /, Grahamka 1 szt. /g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{pac}} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, g _{l_{pac}} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy z cebulą 1 szt. / g _{l_{pac}} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{low}} , se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, g _{l_{pac}} */, Ogórek zielony ¼ szt.	Deser mleczny – serniczek z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, jagodowy, wiśniowy	E: 2422 kcal B: 82,6 g T: 119,1g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 50,3 g	W: 284,4 g w tym cukry: 47,2 g Sól: 6,5 g Błonnik: 29,3 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, g _{low} /, Grahamka 1 szt. /g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{pac}} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, g _{l_{pac}} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy pieczony 1 szt. / g _{l_{pac}} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{low}} , se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Polędwica sopocka 50 g /so, g _{l_{pac}} , g _{l_{low}} */, Roszponka 10 g	Deser mleczny – serniczek z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, jagodowy, wiśniowy	E: 2366 kcal B: 84,3 g T: 110,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 47,4 g	W: 289,0 g w tym cukry: 48,4 g Sól: 6,5 g Błonnik: 31,3 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, g _{low} /, Grahamka 1 szt. /g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{pac}} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, g _{l_{pac}} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy z cebulą 1 szt. / g _{l_{pac}} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Banan 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb wieloziarnisty 3 kromki / g _{l_{pac}} , g _{l_{tyc}} , g _{l_{low}} , se, so, */, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, g _{l_{pac}} */, Ogórek zielony ¼ szt.	Deser mleczny – serniczek z polewą owocową 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, jagodowy, wiśniowy	E: 2422 kcal B: 82,6 g T: 119,1g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 50,3 g	W: 284,4 g w tym cukry: 47,2 g Sól: 6,5 g Błonnik: 29,3 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / g _{l_{tyc}} , g _{l_{pac}} /, Masło 15 g /m/, Serek 4 plastry /m/, Pomidor ½ szt.	Herbata owocowa 200 ml, Krupnik 300 ml /s, g _{l_{pac}} */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Mielony stek wieprzowy pieczony 1 szt. / g _{l_{pac}} , j, */, Mix warzyw gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / g _{l_{tyc}} , g _{l_{pac}} /, Masło 15 g /m/, Jajo 1 szt. /j/, Kiełbasa żywiecka 50 g /so, g _{l_{pac}} */, Ogórek zielony ¼ szt.	Kefir 1 szt. /m/	E: 2258 kcal B: 79,6 g T: 116,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 47,0 g	W: 248,9 g w tym cukry: 19,9 g Sól: 5,8 g Błonnik: 34,8 g