

Jadłospis na 12-04-2025 r.
sobota
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} /, Bułka pszenna 1 szt. /gl _{pszc} m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa kukurydziana 300 ml /s, *// Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{pszc} *// Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{pszc} , gl _{owc} *// Jajko 1 szt. /j/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwinia-mango, jagodowy, ananasowy, malinowy, czereśniowy, jabłko-gruszka	E: 2329 kcal B: 106,5 g T: 100,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,4 g	W: 282,6 g w tym cukry: 62,2 g Sól: 4,0 g Błonnik: 33,7 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/ Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{owc} /, Weka 3 kromki /gl _{pszc} /, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa kukurydziana 300 ml /s, *// Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{pszc} *// Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Weka 100 g /gl _{pszc} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{pszc} , gl _{owc} *// Jajko 1 szt. /j/,	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwinia-mango, jagodowy, ananasowy, malinowy, czereśniowy, jabłko-gruszka	E: 2350 kcal B: 104,4 g T: 97,9 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,0 g	W: 293,3 g w tym cukry: 62,1 g Sól: 4,1 g Błonnik: 42,3 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa ziemniaczana 300 ml /s, *// Ziemniaki gotowane 180 g , Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{pszc} *// Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{pszc} , gl _{owc} *// Jajko 1 szt. /j/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	E: 2211 kcal B: 104,8 g T: 97,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,7 g	W: 264,6 g w tym cukry: 37,2 g Sól: 4,3 g Błonnik: 36,7 g
O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - MIKSOWANA	Zupa mleczna wzmocniona (miksowana) 350 ml /m, gl _{pszc} , 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 12-04-2025 r.

sobota

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, gl _{owc} /, Bułka pszenna 1 szt. /gl _{psz} , m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa kukurydziana 300 ml /s, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{owc} */, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwinia-mango, jagodowy, ananasowy, malinowy, czereśniowy, jabłko-gruszka	<i>E: 2329 kcal</i> <i>B: 106,5 g</i> <i>T: 100,1 g</i> <i>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,4 g</i>	<i>W: 282,6 g</i> <i>w tym cukry: 62,2 g</i> <i>Sól: 4,0 g</i> <i>Błonnik: 33,7 g</i>
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/ Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{owc} /, Bułka pszenna 1 szt. /gl _{psz} , m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa kukurydziana 300 ml /s, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb pszenny 3 kromki /gl _{psz} , gl _{owc} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{owc} */, Jajko 1 szt. /j/,	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwinia-mango, jagodowy, ananasowy, malinowy, czereśniowy, jabłko-gruszka	<i>E: 2324 kcal</i> <i>B: 103,6 g</i> <i>T: 97,7 g</i> <i>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,0 g</i>	<i>W: 287,6 g</i> <i>w tym cukry: 61,8 g</i> <i>Sól: 4,0 g</i> <i>Błonnik: 31,8 g</i>
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml /*/ Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml /m, gl _{owc} /, Bułka pszenna 1 szt. /gl _{psz} , m/, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Dżem 1 szt. /*/	Herbata owocowa 200 ml Zupa kukurydziana 300 ml /s, */, Ziemniaki tłuczone 180 g /m/, Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{owc} */, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt owocowy 1 szt. /m/ smaki: truskawkowy, brzoskwinia-mango, jagodowy, ananasowy, malinowy, czereśniowy, jabłko-gruszka	<i>E: 2329 kcal</i> <i>B: 106,5 g</i> <i>T: 100,1 g</i> <i>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 41,4 g</i>	<i>W: 282,6 g</i> <i>w tym cukry: 62,2 g</i> <i>Sól: 4,0 g</i> <i>Błonnik: 33,7 g</i>
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Serek homogenizowany 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Herbata owocowa 200 ml Zupa ziemniaczana 300 ml /s, */, Ziemniaki gotowane 180 g , Indyk w sosie z marchwiowo-pomidorowym 180 g /s, gl _{psz} , */, Kalafior gotowany 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/ Chleb razowy 3 kromki / gl _{raz} , gl _{psz} /, Masło 15 g /m/, Polędwica sopocka 50 g /so, gl _{psz} , gl _{owc} */, Jajko 1 szt. /j/, Ogórek zielony ¼ szt.	Jogurt naturalny 1 szt. /m/	<i>E: 2211 kcal</i> <i>B: 104,8 g</i> <i>T: 97,3 g</i> <i>w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,7 g</i>	<i>W: 264,6 g</i> <i>w tym cukry: 37,2 g</i> <i>Sól: 4,3 g</i> <i>Błonnik: 36,7 g</i>