

Jadłospis na 13-04-2025 r.
Niedziela
Oddział Geriatriczno-Internistyczny

<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 /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszy} , gl _{oc} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{oc} , *// Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{oc} , gl _{oc} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl _{oc} / smaki: truskawka - banan lub mango - banan lub brzoskwinia - banan	E: 2240 kcal B: 109,4 g T: 83,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,7 g	W: 300,3 g w tym cukry: 35,3 g Sól: 7,8 g Błonnik: 38,8 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Zupa mleczna z kaszą manną 250 ml /m, gl _{pszy} /, Weka 100 g /gl _{pszy} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{oc} , *// Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Weka 100 g /gl _{pszy} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Miks sałat 10 g	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl _{oc} / smaki: truskawka - banan lub mango - banan lub brzoskwinia - banan	E: 2467 kcal B: 117,9 g T: 88,1 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 38,6 g	W: 334,1 g w tym cukry: 45,5 g Sól: 7,7 g Błonnik: 35,7 g
Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb razowy 3 kromki / gl _{oc} , gl _{oc} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, *// Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{oc} , *// Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{oc} , gl _{oc} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Kefir 1 szt. /m/	E: 2238 kcal B: 112,4 g T: 89,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,4 g	W: 287,9 g w tym cukry: 29,5 g Sól: 6,7 g Błonnik: 44,2 g
O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI - MIKSOWANA	Zupa mleczna wzmocniona (miksowana) 350 ml /m, gl _{oc} , gl _{oc} /	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 13-04-2025 r.

Niedziela

Oddział Ginekologiczno-Położniczy

DIETA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek wieczorny	Wartość odżywcza	
PODSTAWOWA	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszy} , gl _{ty} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, */, Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{pszy} */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{tyc} , gl _{tyc} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl _{owc} / smaki: truskawka - banan lub mango - banan lub brzoskwinia - banan	E: 2240 kcal B: 109,4 g T: 83,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,7 g	W: 300,3 g w tym cukry: 35,3 g Sól: 7,8 g Błonnik: 38,8 g
ŁATWOSTRAWNA	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszy} , gl _{ty} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, */, Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{pszy} */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszy} , gl _{ty} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Mix sałat 10 g	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl _{owc} / smaki: truskawka - banan lub mango - banan lub brzoskwinia - banan	E: 2219 kcal B: 107,2 g T: 80,5 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,3 g	W: 299,5 g w tym cukry: 33,9 g Sól: 7,0 g Błonnik: 34,9 g
DLA KOBIET W CIĄŻY	Herbata 200 ml /*/, Chleb pszenny 3 kromki /gl _{pszy} , gl _{ty} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, */, Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{pszy} */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{tyc} , gl _{tyc} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Jogurt pitny owocowy z dodatkiem zbóż 1 szt. /m, gl _{owc} / smaki: truskawka - banan lub mango - banan lub brzoskwinia - banan	E: 2240 kcal B: 109,4 g T: 83,2 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 34,7 g	W: 300,3 g w tym cukry: 35,3 g Sól: 7,8 g Błonnik: 38,8 g
DLA KOBIET W CIĄŻY Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{tyc} , gl _{tyc} /, Masło 15 g /m/, Kiełbasa 1 szt. /*/, Ketchup 20 g /*/,	Herbata owocowa 200 ml Zupa dyniowa z ziemniakami zabelana 300 ml /s, m, */, Ryż brązowy 160 g /*/, Pierś w sosie jarzynowym 180 g /s, gl _{pszy} */, Fasolka gotowana 120 g	Jabłko 1 szt.	Herbata 200 ml /*/, Chleb żytni 3 kromki / gl _{tyc} , gl _{tyc} /, Masło 15 g /m/, Serek wiejski 1 szt. /m/, Papryka ¼ szt.	Kefir 1 szt. /m/	E: 2238 kcal B: 112,4 g T: 89,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe: 40,4 g	W: 287,9 g w tym cukry: 29,5 g Sól: 6,7 g Błonnik: 44,2 g