

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-21 Dieta: CUKRZYCOWA UROL		
bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), kielki 5g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), ziemniaki 200g , Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), bitki ze schabu duszone 100g (PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), Podwieczorek: MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Ser mozzarella 50g (MLEKO, GLUTEN), ogórek konserwowy 50g (S02), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2615.86 kcal; Energia: 9849.88 kJ; Białko ogółem: 101.08 g; białko zwierzęce: 63.34 g; białko roślinne: 37.86 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 389.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.49 g; Sód: 2543.15 mg; Potas: 3935.48 mg; Wapń: 814.74 mg; Fosfor: 1616.58 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g; suma cukrów prostych: 58.43 g; Woda: 1050.94 g; Popiół: 17.33 g;		
środa 2024-02-21 Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL		
pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO), pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), kielki 5g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: jogurt "serduszko" 1 szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa makaronowa 350ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), buraki 150g , ziemniaki 250g , Schab duszony w ziołach 100g , Podwieczorek: MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), ser mozzarella light 50g (MLEKO, GLUTEN), pomidor 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA),
Wartości odżywcze: Energia: 2373.27 kcal; Energia: 7822.42 kJ; Białko ogółem: 95.88 g; białko zwierzęce: 64.39 g; białko roślinne: 30.89 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.37 g; Sód: 1814.55 mg; Potas: 3885.62 mg; Wapń: 785.93 mg; Fosfor: 1516.88 mg; Błonnik pokarmowy: 19.48 g; suma cukrów prostych: 78.99 g; Woda: 1123.16 g; Popiół: 15.91 g;		
środa 2024-02-21 Dieta: PODSTAWOWA UROL		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 50g (MLEKO), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), kielki 5g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: jogurt "serduszko" 1 szt (MLEKO, GLUTEN),	zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), ziemniaki 200g , Surówka colesław 150g (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), bitki ze schabu duszone 100g (PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN), Podwieczorek: MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	Ser mozzarella 50g (MLEKO, GLUTEN), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), ogórek konserwowy 50g (S02), wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA),
Wartości odżywcze: Energia: 2201.44 kcal; Energia: 7131.56 kJ; Białko ogółem: 85.09 g; białko zwierzęce: 55.11 g; białko roślinne: 30.10 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 317.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.36 g; Sód: 1862.28 mg; Potas: 3286.22 mg; Wapń: 519.67 mg; Fosfor: 1168.88 mg; Błonnik pokarmowy: 20.72 g; suma cukrów prostych: 63.45 g; Woda: 929.37 g; Popiół: 14.02 g;		
czwartek 2024-02-22 Dieta: CUKRZYCOWA UROL		
bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), rzodkiewka 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), kielki 5g , II Śniadanie: sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), ryż brązowy 200g , pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), brukselka 150g (JAJA, PSZENICA, SEZAM, ŻYTO, ŚMIETANKA), pietruszka zielona , Podwieczorek: OWSIANKA W TUBCE LUBELLA 100G (MLEKO, GLUTEN),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), sałata 20g , pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2617.17 kcal; Energia: 9765.28 kJ; Białko ogółem: 87.96 g; białko zwierzęce: 40.79 g; białko roślinne: 45.17 g; Tłuszcz: 81.80 g; Węglowodany ogółem: 421.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.01 g; Sód: 2183.06 mg; Potas: 2932.09 mg; Wapń: 493.57 mg; Fosfor: 1353.18 mg; Błonnik pokarmowy: 41.84 g; suma cukrów prostych: 46.10 g; Woda: 764.45 g; Popiół: 13.92 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22 Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL		
Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO), pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), kielki 5g , II Śniadanie: banan 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), ryż brązowy 200g , pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), Marchewka gotowana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), pietruszka zielona , Podwieczorek: Puddingpanacotta 1szt (MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, ORZECH WŁ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), pasta twarogowa natur. 50g (MLEKO), sałata 20g , pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2428.94 kcal; Energia: 8680.94 kJ; Białko ogółem: 86.40 g; białko zwierzęce: 51.35 g; białko roślinne: 33.65 g; Tłuszcz: 72.78 g; Węglowodany ogółem: 390.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.81 g; Sód: 2038.58 mg; Potas: 3205.83 mg; Wapń: 514.70 mg; Fosfor: 1306.71 mg; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; suma cukrów prostych: 96.56 g; Woda: 998.48 g; Popiół: 14.51 g;		
czwartek 2024-02-22 Dieta: PODSTAWOWA UROL		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), Serek Mazurski Smak 50g (MLEKO), rzodkiewka 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), kielki 5g , II Śniadanie: banan 1 szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), ryż brązowy 200g , pulpet w sosie pomidorowym 100g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO), marchewka gotowana 150g (PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), pietruszka zielona , Podwieczorek: Pudding panacotta1szt (MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, ORZECH WŁ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), sałata 20g , Pasta śledziowa z jajkiem 50g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2297.59 kcal; Energia: 8041.28 kJ; Białko ogółem: 75.95 g; białko zwierzęce: 42.27 g; białko roślinne: 33.68 g; Tłuszcz: 67.13 g; Węglowodany ogółem: 380.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.96 g; Sód: 2097.68 mg; Potas: 2853.63 mg; Wapń: 333.85 mg; Fosfor: 1139.95 mg; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; suma cukrów prostych: 88.33 g; Woda: 849.65 g; Popiół: 12.95 g;		
piątek 2024-02-23 Dieta: CUKRZYCOWA UROL		
bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), twaróg 70g (MLEKO), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , sałata 20g , II Śniadanie: melon 150g ,	zupa żurek 350ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kompot z owocami 250ml (S02), ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszonej 150g , pietruszka zielona , ziemniaki 250g , Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ), masło 15g (ŚMIETANKA), paszтет pieczony 70g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), papryka czerwona 50g , kielki 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2832.09 kcal; Energia: 10540.04 kJ; Białko ogółem: 109.31 g; białko zwierzęce: 59.86 g; białko roślinne: 42.95 g; Tłuszcz: 86.21 g; Węglowodany ogółem: 441.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; Sód: 2593.20 mg; Potas: 4845.15 mg; Wapń: 646.28 mg; Fosfor: 1710.19 mg; Błonnik pokarmowy: 38.36 g; suma cukrów prostych: 67.54 g; Woda: 1215.30 g; Popiół: 20.99 g;		
piątek 2024-02-23 Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL		
dżem 25g , pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), twaróg 70g (MLEKO), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), II Śniadanie: melon 150g ,	kartoflany krem z majerankiem 350ml , kompot z owocami 250ml (S02), ryba gotowana 100g (PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), szpinak liściasty 150g , ziemniaki 250g , pietruszka zielona , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 150g (MLEKO, GLUTEN),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), pomidor 50g , kielki 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2047.22 kcal; Energia: 6707.00 kJ; Białko ogółem: 89.02 g; białko zwierzęce: 60.63 g; białko roślinne: 28.39 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 313.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.52 g; Sód: 861.97 mg; Potas: 3079.07 mg; Wapń: 555.83 mg; Fosfor: 992.00 mg; Błonnik pokarmowy: 17.30 g; suma cukrów prostych: 99.47 g; Woda: 992.10 g; Popiół: 11.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23		
Dieta: PODSTAWOWA UROL		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka maślana 1szt (80g) (JAJA, PSZENICA, SEZAM), masło 15g (ŚMIETANKA), dżem 25g , twaróg 70g (MLEKO), II Śniadanie: melon 150g ,	zupa żurek 350ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE), kompot 250ml (S02), ryba smażona 100g (JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO), surówka z kapusty kiszzonej 150g , pietruszka zielona , ziemniaki 250g , Podwieczorek: Serek homogenizowany waniliowy 150g (MLEKO, GLUTEN),	paszтет pieczony 70g (JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), papryka czerwona 50g , kiełki 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2511.92 kcal; Energia: 8267.42 kJ; Białko ogółem: 92.16 g; białko zwierzęce: 50.54 g; białko roślinne: 35.12 g; Tłuszcz: 78.45 g; Węglowodany ogółem: 388.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.48 g; Sód: 1844.63 mg; Potas: 4076.88 mg; Wapń: 380.50 mg; Fosfor: 1197.24 mg; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; suma cukrów prostych: 100.39 g; Woda: 1040.79 g; Popiół: 17.09 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: CUKRZYCOWA UROL		
bułka grahamka 80g (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), sałata 20g , II Śniadanie: jabłko 1 szt ,	zupa grysikowa 350ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot owocami 250ml (S02), koperek świeży , pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), pieczywo razowe 100g (MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEN), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), ogórek zielony 50g , kiełki 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2908.84 kcal; Energia: 11318.69 kJ; Białko ogółem: 88.94 g; białko zwierzęce: 43.95 g; białko roślinne: 44.98 g; Tłuszcz: 110.03 g; Węglowodany ogółem: 427.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.86 g; Sód: 2065.21 mg; Potas: 4162.88 mg; Wapń: 722.77 mg; Fosfor: 1447.86 mg; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; suma cukrów prostych: 58.05 g; Woda: 959.63 g; Popiół: 16.50 g;		
sobota 2024-02-24		
Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL		
pastę z białek 50g (GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), pieczywo zwykłe 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), pomidor 50g , wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), II Śniadanie: jabłko 1 szt ,	zupa grysikowa 350ml (GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot z owocami 250ml (S02), bukiet jarzyn 150g (SELER, ŚMIETANKA), pyzy z mięsem 250g (5 szt) (GLUTEN, JAJA, SELER), koperek świeży , Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), pomidor 50g , kiełki 5g , masło 15g (ŚMIETANKA),
Wartości odżywcze: Energia: 2573.33 kcal; Energia: 8987.40 kJ; Białko ogółem: 80.73 g; białko zwierzęce: 44.17 g; białko roślinne: 36.56 g; Tłuszcz: 105.38 g; Węglowodany ogółem: 355.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.27 g; Sód: 1496.23 mg; Potas: 3809.39 mg; Wapń: 627.72 mg; Fosfor: 1144.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.62 g; suma cukrów prostych: 71.45 g; Woda: 971.13 g; Popiół: 14.14 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29 Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL		
pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN), wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), Serek Hochland 30g (MLEKO), pomidor 50g , rukola 5g , II Śniadanie: kiwi 150g ,	kompot z owocami 250ml , ziemniaki 200g , Filet z kurczaka gotowany w sosie z rozmarynem 110g , dynia puree 150g , koperek świeży , zupa ryżowa 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: BISZKOPTY 1szt (GLUTEN, JAJA),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 50g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), pomidor 50g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2194.15 kcal; Energia: 5794.38 kJ; Białko ogółem: 94.46 g; białko zwierzęce: 55.43 g; białko roślinne: 26.63 g; Tłuszcz: 58.41 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.67 g; Sód: 1393.41 mg; Potas: 3535.91 mg; Wapń: 313.54 mg; Fosfor: 1125.98 mg; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; suma cukrów prostych: 41.21 g; Woda: 903.36 g; Popiół: 13.93 g;		
czwartek 2024-02-29 Dieta: PODSTAWOWA UROL		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 50g**L (PSZENICA, ŻYTO), bułka 50g (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), wędlina 20g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA), Serek Hochland 30g (MLEKO), papryka czerwona 50g , rukola 5g , II Śniadanie: kiwi 150g ,	kompot z owocami 250ml , kaszanka 100g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, PISTACJE), ziemniaki 200g , Kapusta zasmażana 150g (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), koperek świeży , zupa ryżowa z brukselką 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Podwieczorek: BISZKOPTY 1szt (GLUTEN, JAJA),	wędlina 30g (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 100g *H (PSZENICA, ŻYTO), masło 15g (ŚMIETANKA), ser żółty 20g (MLEKO), ogórek konserwowy 50g (S02), sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2413.14 kcal; Energia: 6537.96 kJ; Białko ogółem: 74.03 g; białko zwierzęce: 33.18 g; białko roślinne: 31.80 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.99 g; Sód: 2837.85 mg; Potas: 3038.43 mg; Wapń: 484.10 mg; Fosfor: 907.73 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 35.22 g; Woda: 827.71 g; Popiół: 17.62 g;		

Dietetyk

.....