Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-01	**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:** jabłko 1 szt ,	zupa szpinakowa z ryżem 350ml (***PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 150g , pietruszka zielona , ziemniaki 250g , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany naturalny 150g (***MLEKO***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet pieczony 70g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), papryka czerwona 50g , kiełki 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2709.43 kcal; Energia: 10040.82 kJ; Białko ogółem: 108.00 g; białko zwierzęce: 59.75 g; białko roślinne: 41.75 g; Tłuszcz: 79.85 g; Węglowodany ogółem: 425.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Sód: 1874.71 mg; Potas: 4280.83 mg; Wapń: 676.35 mg; Fosfor: 1614.87 mg; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; suma cukrów prostych: 68.34 g; Woda: 1184.05 g; Popiół: 17.54 g;		
piątek 2024-03-01	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
dżem 25g , pieczywo zwykłe 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:** jabłko 1 szt ,	zupa szpinakowa z ryżem 350ml (***PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), ryba gotowana 100g (***PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Mix warzyw gotowanych na parze z bazylią i tymiankiem 150g (***SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), ziemniaki 250g , pietruszka zielona , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy 150g (***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 ,
Wartości odżywcze: Energia: 2210.39 kcal; Energia: 7388.94 kJ; Białko ogółem: 98.14 g; białko zwierzęce: 65.57 g; białko roślinne: 32.57 g; Tłuszcz: 55.15 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; Sód: 1166.02 mg; Potas: 3493.68 mg; Wapń: 544.91 mg; Fosfor: 1127.90 mg; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Woda: 1132.62 g; Popiół: 12.97 g;		
piątek 2024-03-01	**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:** jabłko 1 szt ,	zupa szpinakowa z ryżem 350ml (***PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem 150g , pietruszka zielona , ziemniaki 250g , **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy 150g (***MLEKO, GLUTEN***),	pasztet 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: 2389.26 kcal; Energia: 7768.20 kJ; Białko ogółem: 90.86 g; białko zwierzęce: 50.43 g; białko roślinne: 33.93 g; Tłuszcz: 72.09 g; Węglowodany ogółem: 371.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.62 g; Sód: 1126.14 mg; Potas: 3512.56 mg; Wapń: 410.57 mg; Fosfor: 1101.93 mg; Błonnik pokarmowy: 24.27 g; suma cukrów prostych: 101.19 g; Woda: 1009.54 g; Popiół: 13.64 g;		
sobota 2024-03-02	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), 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:** Grejpfrut 1/2 szt ,	zupa żurek 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), kompot owocami 250ml (***S02***), kotlet mielony 100g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), koperek świeży , ziemniaki 250g , Sałatka z ogórka kiszonego 150g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), ogórek zielony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2839.59 kcal; Energia: 10672.41 kJ; Białko ogółem: 98.62 g; białko zwierzęce: 55.40 g; białko roślinne: 43.22 g; Tłuszcz: 96.62 g; Węglowodany ogółem: 428.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g; Sód: 3269.99 mg; Potas: 4938.76 mg; Wapń: 735.77 mg; Fosfor: 1726.29 mg; Błonnik pokarmowy: 35.79 g; suma cukrów prostych: 57.90 g; Woda: 1344.78 g; Popiół: 20.59 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
pasta 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:** banan 1 szt ,	zupa barszcz biały 350 (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), kompot z owocami 250ml (***S02***), pieczeń rzymska 100g (***JAJA, PSZENICA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŚMIETANKA***), ziemniaki 250g , 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 , roszponka 5g , masło 15g (***ŚMIETANKA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2525.56 kcal; Energia: 8424.73 kJ; Białko ogółem: 87.61 g; białko zwierzęce: 50.32 g; białko roślinne: 37.29 g; Tłuszcz: 79.21 g; Węglowodany ogółem: 395.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.31 g; Sód: 1848.00 mg; Potas: 5244.85 mg; Wapń: 634.45 mg; Fosfor: 1407.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.23 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Woda: 1441.76 g; Popiół: 17.50 g;		
sobota 2024-03-02	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), pomidor 50g , sałata 20g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** banan 1 szt ,	zupa żurek 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), kompot z owocami 250ml (***S02***), kotlet mielony 100g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), koperek świeży , ziemniaki 250g , Sałatka z ogórka kiszonego 150g (***GLUTEN, JAJA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ogórek zielony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2524.02 kcal; Energia: 8413.44 kJ; Białko ogółem: 87.32 g; białko zwierzęce: 50.68 g; białko roślinne: 36.64 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 382.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g; Sód: 2684.62 mg; Potas: 4819.14 mg; Wapń: 481.20 mg; Fosfor: 1331.39 mg; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; suma cukrów prostych: 79.87 g; Woda: 1315.69 g; Popiół: 18.53 g;		
niedziela 2024-03-03	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), papryka czerwona 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), sałata 20g , **II Śniadanie:** jabłko 1 szt ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot z owocami 250ml (***S02***), Karczek duszony w majeranku 100g (***PISTACJE***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** Mus tubka b/c 1szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 50g (***MLEKO***), rukola 5g , rzodkiewka 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2894.70 kcal; Energia: 11219.31 kJ; Białko ogółem: 103.24 g; białko zwierzęce: 65.31 g; białko roślinne: 39.56 g; Tłuszcz: 111.92 g; Węglowodany ogółem: 402.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.52 g; Sód: 3665.55 mg; Potas: 4218.92 mg; Wapń: 807.22 mg; Fosfor: 1637.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.90 g; suma cukrów prostych: 66.33 g; Woda: 1132.05 g; Popiół: 20.87 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), pomidor 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), sałata 20g , **II Śniadanie:** jabłko 1 szt ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 250ml (***S02***), Udko gotowane 1 szt (250g) , ziemniaki z koperkiem 200g , Marchewka oprószana 150g (***PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , **Podwieczorek:** ciasto drożdżowe 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , rukola 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3003.90 kcal; Energia: 10845.77 kJ; Białko ogółem: 131.25 g; białko zwierzęce: 96.48 g; białko roślinne: 34.77 g; Tłuszcz: 125.77 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.10 g; Sód: 3887.63 mg; Potas: 4514.08 mg; Wapń: 420.58 mg; Fosfor: 1673.38 mg; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; suma cukrów prostych: 88.55 g; Woda: 1227.42 g; Popiół: 19.91 g;		
niedziela 2024-03-03	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), papryka czerwona 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), sałata 20g , **II Śniadanie:** jabłko 1 szt ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), ziemniaki z koperkiem 200g , Karczek duszony w majeranku 100g (***PISTACJE***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** ciasto drożdżowe 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***),	ser żółty 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), rzodkiewka 50g , rukola 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2660.43 kcal; Energia: 9301.44 kJ; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 62.64 g; białko roślinne: 36.23 g; Tłuszcz: 106.38 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.63 g; Sód: 3195.83 mg; Potas: 3685.90 mg; Wapń: 583.64 mg; Fosfor: 1288.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; suma cukrów prostych: 74.11 g; Woda: 990.14 g; Popiół: 18.31 g;		
poniedziałek 2024-03-04	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 20g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), papryka czerwona 50g , roszponka 5g , Humus z soczewicy 30g (***SOJA, GORCZYCA, OWIES***), **II Śniadanie:** Mus tubka b/c 1szt ,	zupa z ciecierzycy czerwonej 350ml , kompot z owocami 250ml (***S02***), ziemniaki 250g , zraz duszony 100g (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), surówka z selera 150g (***MLEKO, GLUTEN, SELER***), pietruszka zielona , **Podwieczorek:** tapioka z malinami b/c 150g (***MLEKO***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , rukola 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 3011.15 kcal; Energia: 10478.14 kJ; Białko ogółem: 109.46 g; białko zwierzęce: 45.98 g; białko roślinne: 65.11 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 518.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.68 g; Sód: 1811.32 mg; Potas: 4634.97 mg; Wapń: 1343.78 mg; Fosfor: 1876.92 mg; Błonnik pokarmowy: 45.49 g; suma cukrów prostych: 62.98 g; Woda: 1153.74 g; Popiół: 18.38 g;		
poniedziałek 2024-03-04	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), 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 , roszponka 5g , **II Śniadanie:** Mus tubka 1szt ,	zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), ziemniaki 250g , potrawka z kurczaka 110g (***PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), buraki 150g , pietruszka zielona , **Podwieczorek:** tapioka z malinami 150g (***MLEKO***),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , rukola 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2676.38 kcal; Energia: 7928.58 kJ; Białko ogółem: 99.67 g; białko zwierzęce: 48.20 g; białko roślinne: 51.47 g; Tłuszcz: 75.20 g; Węglowodany ogółem: 446.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Sód: 2033.77 mg; Potas: 4448.62 mg; Wapń: 827.67 mg; Fosfor: 1267.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.34 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Woda: 1293.42 g; Popiół: 16.25 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 20g (***MLEKO***), papryka czerwona 50g , roszponka 5g , Humus z soczewicy 30g (***SOJA, GORCZYCA, OWIES***), **II Śniadanie:** Mus tubka 1szt ,	zupa z ciecierzycy czerwonej 350ml , kompot z owocami 250ml (***S02***), ziemniaki 250g , buraki 150g , zraz duszony 100g (***GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), pietruszka zielona , **Podwieczorek:** tapioka z malinami 150g (***MLEKO***),	serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pomidor 50g , rukola 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2622.73 kcal; Energia: 7964.72 kJ; Białko ogółem: 95.87 g; białko zwierzęce: 40.26 g; białko roślinne: 57.26 g; Tłuszcz: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 436.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Sód: 1153.23 mg; Potas: 3867.71 mg; Wapń: 1040.97 mg; Fosfor: 1325.87 mg; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 76.26 g; Woda: 1002.48 g; Popiół: 14.84 g;		
wtorek 2024-03-05	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), twaróg 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), papryka czerwona 50g , rukola 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** sok pomidorowo-warzywny 1 szt ,	kompot z owocami 250ml , ziemniaki 200g , gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (***MLEKO***), kapusta zasmażana 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), koperek świeży , zupa pomidorowa z ryżem 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** SKYR NATURALNY 1SZT (***MLEKO***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g , ser żółty 20g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2321.09 kcal; Energia: 8511.45 kJ; Białko ogółem: 102.52 g; białko zwierzęce: 56.07 g; białko roślinne: 36.40 g; Tłuszcz: 72.91 g; Węglowodany ogółem: 339.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Sód: 2241.31 mg; Potas: 3540.46 mg; Wapń: 714.86 mg; Fosfor: 1466.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; suma cukrów prostych: 28.42 g; Woda: 838.64 g; Popiół: 16.98 g;		
wtorek 2024-03-05	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
dżem 25g , pieczywo zwykłe 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***), wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** banan 1 szt ,	kompot z owocami 250ml , ziemniaki 200g , gulasz dietetyczny z szynki wieprzowej 110g (***MLEKO***), szpinak duszony 150g , koperek świeży , zupa pomidorowa z ryżem 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** MILCH REIS 1 SZT (***MLEKO***),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), pomidor 50g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2077.27 kcal; Energia: 6484.75 kJ; Białko ogółem: 81.26 g; białko zwierzęce: 48.93 g; białko roślinne: 27.94 g; Tłuszcz: 55.88 g; Węglowodany ogółem: 329.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.58 g; Sód: 929.83 mg; Potas: 3539.27 mg; Wapń: 336.46 mg; Fosfor: 993.87 mg; Błonnik pokarmowy: 13.23 g; suma cukrów prostych: 81.23 g; Woda: 831.89 g; Popiół: 12.35 g;		
wtorek 2024-03-05	**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***), wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** banan 1 szt ,	kompot z owocami 250ml , gulasz węgierski 110g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 200g , kapusta zasmażana 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), koperek świeży , zupa pomidorowa z ryżem 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **Podwieczorek:** MILCH REIS 1 SZT (***MLEKO***),	wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 20g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2116.77 kcal; Energia: 6546.88 kJ; Białko ogółem: 78.58 g; białko zwierzęce: 46.69 g; białko roślinne: 30.84 g; Tłuszcz: 63.34 g; Węglowodany ogółem: 329.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.00 g; Sód: 1612.35 mg; Potas: 3572.26 mg; Wapń: 474.37 mg; Fosfor: 1060.70 mg; Błonnik pokarmowy: 17.36 g; suma cukrów prostych: 74.57 g; Woda: 825.38 g; Popiół: 15.33 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-03-06	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, SOJA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełki 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa cukiniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), makaron z serem białym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** kiwi 150g ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek wiejski 100g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***),
Wartości odżywcze: Energia: 3029.02 kcal; Energia: 11812.51 kJ; Białko ogółem: 112.70 g; białko zwierzęce: 65.50 g; białko roślinne: 47.93 g; Tłuszcz: 90.35 g; Węglowodany ogółem: 470.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.99 g; Sód: 2116.74 mg; Potas: 3497.91 mg; Wapń: 856.70 mg; Fosfor: 1722.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 61.45 g; Woda: 965.22 g; Popiół: 15.56 g;		
środa 2024-03-06	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
Serek President 50g (***MLEKO***), pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), kiełki 5g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa cukiniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), makaron z serem białym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** kiwi 150g ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek wiejski 100g (***MLEKO***), pomidor 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***),
Wartości odżywcze: Energia: 2631.64 kcal; Energia: 9141.49 kJ; Białko ogółem: 99.38 g; białko zwierzęce: 58.31 g; białko roślinne: 41.07 g; Tłuszcz: 77.21 g; Węglowodany ogółem: 407.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.65 g; Sód: 1408.01 mg; Potas: 3287.97 mg; Wapń: 734.84 mg; Fosfor: 1378.91 mg; Błonnik pokarmowy: 19.94 g; suma cukrów prostych: 72.98 g; Woda: 1058.30 g; Popiół: 13.71 g;		
środa 2024-03-06	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, SOJA***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), kiełki 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	Zupa cukiniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), makaron z serem białym 350g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** kiwi 150g ,	serek wiejski 100g (***MLEKO***), 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: 2614.60 kcal; Energia: 9094.19 kJ; Białko ogółem: 96.71 g; białko zwierzęce: 57.26 g; białko roślinne: 40.17 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 397.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.87 g; Sód: 1435.87 mg; Potas: 2848.64 mg; Wapń: 561.63 mg; Fosfor: 1274.64 mg; Błonnik pokarmowy: 18.74 g; suma cukrów prostych: 66.47 g; Woda: 843.65 g; Popiół: 12.24 g;		
czwartek 2024-03-07	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , sałata 20g , wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa jarzynowa 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml GL (***S02***), pietruszka , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, PSZENICA***), Mix warzyw gotowanych na parze z bazylią i tymiankiem 150g (***SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), ziemniaki 250g , **Podwieczorek:** MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), ogórek kiszony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2383.35 kcal; Energia: 8868.08 kJ; Białko ogółem: 80.65 g; białko zwierzęce: 40.50 g; białko roślinne: 40.26 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 404.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.42 g; Sód: 1877.15 mg; Potas: 4575.46 mg; Wapń: 529.20 mg; Fosfor: 1377.27 mg; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; suma cukrów prostych: 66.36 g; Woda: 1124.58 g; Popiół: 15.89 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, GLUTEN***), 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 , sałata 20g , wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa jarzynowa 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml GL (***S02***), pietruszka , ziemniaki 250g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, PSZENICA***), buraki 150g , **Podwieczorek:** MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasta twarogowa ze świeżymi pomidorami 80g (***MLEKO***), roszponka 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2141.63 kcal; Energia: 6916.93 kJ; Białko ogółem: 77.79 g; białko zwierzęce: 46.52 g; białko roślinne: 31.40 g; Tłuszcz: 62.98 g; Węglowodany ogółem: 340.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.14 g; Sód: 1253.36 mg; Potas: 4314.24 mg; Wapń: 444.27 mg; Fosfor: 1111.70 mg; Błonnik pokarmowy: 22.36 g; suma cukrów prostych: 89.78 g; Woda: 1157.25 g; Popiół: 13.78 g;		
czwartek 2024-03-07	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), pomidor 50g , sałata 20g , wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa jarzynowa 350ml (***MLEKO, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 200ml GL (***S02***), pietruszka , stek z indyka mielony 110g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 250g , buraki 150g , **Podwieczorek:** MUS VEGA TYMBARK OWOC-WARZ 1 SZT ,	Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ogórek kiszony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2069.62 kcal; Energia: 6617.16 kJ; Białko ogółem: 76.00 g; białko zwierzęce: 45.12 g; białko roślinne: 31.00 g; Tłuszcz: 58.62 g; Węglowodany ogółem: 333.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; Sód: 2073.73 mg; Potas: 4302.40 mg; Wapń: 262.82 mg; Fosfor: 1043.19 mg; Błonnik pokarmowy: 21.79 g; suma cukrów prostych: 83.31 g; Woda: 1055.58 g; Popiół: 15.07 g;		
piątek 2024-03-08	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), twaróg 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), papryka czerwona 50g , rukola 5g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), **II Śniadanie:** SKYR NATURALNY 1SZT (***MLEKO***),	kompot z owocami 250ml , ziemniaki 200g , ryba gotowana 100g (***PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES***), koperek świeży , zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEŃ***), **Podwieczorek:** sałatka owocowa 150g ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g , ser żółty 20g (***MLEKO***),
Wartości odżywcze: Energia: 2396.18 kcal; Energia: 8737.28 kJ; Białko ogółem: 111.69 g; białko zwierzęce: 64.71 g; białko roślinne: 36.94 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Sód: 2353.02 mg; Potas: 3867.23 mg; Wapń: 819.11 mg; Fosfor: 1580.96 mg; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; suma cukrów prostych: 31.16 g; Woda: 981.88 g; Popiół: 17.93 g;		
piątek 2024-03-08	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
dżem 25g , pieczywo zwykłe 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***), wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), rukola 5g , **II Śniadanie:** Pudding 1szt (***MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, ORZECH WŁ***),	kompot z owocami 250ml , ziemniaki 200g , ryba gotowana 100g (***PSZENICA, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Brokuły 150g , koperek świeży , zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEŃ***), Sos grecki z warzywami 150g (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), **Podwieczorek:** sałatka owocowa 150g ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina 50g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), pomidor 50g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2057.12 kcal; Energia: 6779.80 kJ; Białko ogółem: 92.80 g; białko zwierzęce: 58.69 g; białko roślinne: 32.71 g; Tłuszcz: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.67 g; Sód: 1351.65 mg; Potas: 3929.73 mg; Wapń: 524.43 mg; Fosfor: 1188.48 mg; Błonnik pokarmowy: 17.03 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Woda: 1054.28 g; Popiół: 15.15 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-08	**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***), wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), rukola 5g , **II Śniadanie:** Pudding 1szt (***MLEKO, GLUTEN, ORZ. LASKO, ORZECHY AR, ORZECH WŁ***),	kompot z owocami 250ml , ryba smażona 100g (***JAJA, PSZENICA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), ziemniaki 200g , Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, OWIES***), koperek świeży , zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, JĘCZMIEŃ***), **Podwieczorek:** sałatka owocowa 150g ,	wędlina 30g (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 20g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2281.53 kcal; Energia: 7586.67 kJ; Białko ogółem: 84.90 g; białko zwierzęce: 55.56 g; białko roślinne: 31.29 g; Tłuszcz: 79.76 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; Sód: 1699.47 mg; Potas: 3201.36 mg; Wapń: 637.37 mg; Fosfor: 1169.89 mg; Błonnik pokarmowy: 16.73 g; suma cukrów prostych: 75.73 g; Woda: 867.76 g; Popiół: 14.42 g;		
sobota 2024-03-09	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), ogórek zielony 50g , sałata 20g , **II Śniadanie:** jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa dyniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , surówka z cukini z marchewką 150g (***GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), **Podwieczorek:** sok grejfrutowy b/c 1szt (***GLUTEN***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser mozzarella light 50g (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2469.59 kcal; Energia: 9120.76 kJ; Białko ogółem: 88.85 g; białko zwierzęce: 44.84 g; białko roślinne: 37.51 g; Tłuszcz: 77.62 g; Węglowodany ogółem: 386.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.57 g; Sód: 2566.05 mg; Potas: 4291.68 mg; Wapń: 895.68 mg; Fosfor: 1785.76 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; suma cukrów prostych: 64.69 g; Woda: 1205.23 g; Popiół: 18.41 g;		
sobota 2024-03-09	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), 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 , sałata 20g , **II Śniadanie:** jogurt "serduszko" 1 szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa dyniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , cukinia gotowana w ziołach prowansalskich 150g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŚMIETANKA***), **Podwieczorek:** Pianka jogurtowa z brzoskwiniami 200g (***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 , sałata mix 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2121.27 kcal; Energia: 6945.46 kJ; Białko ogółem: 80.85 g; białko zwierzęce: 51.29 g; białko roślinne: 29.56 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.86 g; Sód: 1782.25 mg; Potas: 3899.05 mg; Wapń: 693.42 mg; Fosfor: 1238.38 mg; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; suma cukrów prostych: 71.63 g; Woda: 1213.96 g; Popiół: 14.48 g;		
sobota 2024-03-09	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), pasztet drobiowy 50g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA***), ogórek zielony 50g , sałata 20g , **II Śniadanie:** jogurt "serduszko" 1 szt (***MLEKO, GLUTEN***),	zupa dyniowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), Klops duszony w sosie pietruszkowym 100g (***JAJA, PSZENICA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g , surówka z cukini z marchewką 150g (***GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), **Podwieczorek:** Pianka jogurtowa z brzoskwiniami 200g (***MLEKO, GLUTEN***),	ser mozzarella light 50g (***MLEKO, GLUTEN***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), papryka czerwona 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2039.03 kcal; Energia: 6333.91 kJ; Białko ogółem: 77.74 g; białko zwierzęce: 41.79 g; białko roślinne: 29.46 g; Tłuszcz: 65.97 g; Węglowodany ogółem: 307.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.81 g; Sód: 1912.68 mg; Potas: 3720.77 mg; Wapń: 701.50 mg; Fosfor: 1432.16 mg; Błonnik pokarmowy: 19.60 g; suma cukrów prostych: 65.43 g; Woda: 1059.05 g; Popiół: 15.76 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10	**Dieta: CUKRZYCOWA UROL**	
bułka grahamka 80g (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), papryka czerwona 50g , wędlina 20g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, LAKTOZA***), sałata 20g , **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot z owocami 250ml (***S02***), Pałki z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , **Podwieczorek:** kisiel z malinami b/c 150g (***MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECHY AR***),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***MLEKO, PSZENICA, ŻYTO, JĘCZMIEŃ***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), ser żółty 50g (***MLEKO***), rukola 5g , rzodkiewka 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 3085.40 kcal; Energia: 12028.79 kJ; Białko ogółem: 133.12 g; białko zwierzęce: 96.23 g; białko roślinne: 38.52 g; Tłuszcz: 113.40 g; Węglowodany ogółem: 417.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.43 g; Sód: 4332.41 mg; Potas: 4768.78 mg; Wapń: 824.06 mg; Fosfor: 2019.86 mg; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Woda: 1152.71 g; Popiół: 23.18 g;		
niedziela 2024-03-10	**Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL**	
pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), pomidor 50g , Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), sałata 20g , **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Kompot owocowy 250ml (***S02***), Pałki z kurczaka gotowane 200g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), ziemniaki z koperkiem 200g , mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , **Podwieczorek:** Ciasto marchewkowe niskoC 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM***),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), wędlina drobiowa 50g (***MLEKO, SELER, SOJA, GORCZYCA***), pomidor 50g , rukola 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2754.29 kcal; Energia: 10062.37 kJ; Białko ogółem: 128.15 g; białko zwierzęce: 97.56 g; białko roślinne: 30.59 g; Tłuszcz: 112.63 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; Sód: 3903.24 mg; Potas: 4671.02 mg; Wapń: 504.65 mg; Fosfor: 1729.32 mg; Błonnik pokarmowy: 21.38 g; suma cukrów prostych: 91.14 g; Woda: 1260.86 g; Popiół: 20.20 g;		
niedziela 2024-03-10	**Dieta: PODSTAWOWA UROL**	
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***PSZENICA, ŻYTO***), bułka 50g (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, SELER, GORCZYCA, BIAŁKO JAJ, PISTACJE***), papryka czerwona 50g , Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), sałata 20g , **II Śniadanie:** Mandarynka 100g ,	zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot z owocami 250ml (***S02***), ziemniaki z koperkiem 200g , Pałki z kurczaka pieczone 200g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), mix warzyw wiosenny (9skł) 150g , **Podwieczorek:** Ciasto marchewkowe niskoC 80g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA, SEZAM***),	ser żółty 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***PSZENICA, ŻYTO***), masło 15g (***ŚMIETANKA***), rzodkiewka 50g , rukola 5g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2764.60 kcal; Energia: 9837.22 kJ; Białko ogółem: 125.46 g; białko zwierzęce: 95.77 g; białko roślinne: 31.33 g; Tłuszcz: 117.72 g; Węglowodany ogółem: 331.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.43 g; Sód: 3914.61 mg; Potas: 4377.64 mg; Wapń: 690.40 mg; Fosfor: 1716.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Woda: 1153.72 g; Popiół: 20.87 g;		

Dietetyk

.....

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone