

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , Szpinak i kielki 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (GLU, JAJ, MLE), Pierś kurczaka w sosie z brokułami 120g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2205.45 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Węglowodany ogółem: 312.18 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.91 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 80g , Szpinak i kielki 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa ryżanka 300g (SEL), Roladka ze schabu z włośzczyzną 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , bułka wrocławska 80g (GLU), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.56 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; suma cukrów prostych: 65.36 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.89 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80g , Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa ryżanka 300g (SEL), Roladka ze schabu z włośzczyzną 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , pasta z białek jaja kurzego 55g (JAJ, MLE), Bułka wrocławska 80g (GLU), Herbata 200ml , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.62 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Węglowodany ogółem: 304.81 g; suma cukrów prostych: 76.91 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.79 g; Sól: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;		
poniedziałek 2023-12-18		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , Szpinak i kielki 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300g (GLU, JAJ, MLE), Roladka ze schabu z włośzczyzną 120g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.85 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Węglowodany ogółem: 314.95 g; suma cukrów prostych: 50.10 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.64 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 39.98 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa krem z dyni 300g , Kotlecik drobiowy z marchewką 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g , wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Ser żółty 30g (MLE), pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1954.09 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Węglowodany ogółem: 277.23 g; suma cukrów prostych: 47.59 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.47 g; Sól: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Makaron 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g , szynka drobiowa 2 40g , Ser biały 60g (MLE), Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1930.06 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Węglowodany ogółem: 278.02 g; suma cukrów prostych: 47.81 g; Tłuszcz: 53.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.21 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-19		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Makaron 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g , Plastry ze schabu pieczonego 40g , Ser biały 60g (MLE), Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1867.03 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Węglowodany ogółem: 278.59 g; suma cukrów prostych: 46.80 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.30 g; Sól: 3.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		
wtorek 2023-12-19		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Makaron razowy 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.39 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Węglowodany ogółem: 318.21 g; suma cukrów prostych: 37.84 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.39 g; Sól: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 45.89 g;		
środa 2023-12-20		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , Rukola 5g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Gulasz wieprzowy 220g (SEL), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml , Brukselka gotowana 100g , Kasza pęczak 160g (GLU),	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g , Ogórek kiszony 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.19 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Węglowodany ogółem: 288.64 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Tłuszcz: 76.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.57 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g;		
środa 2023-12-20		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , Rukola 5g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g , Pierś z kurczaka pieczona 100g , Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , Kasza jęczmienna 160g (GLU), Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1911.03 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Węglowodany ogółem: 251.11 g; suma cukrów prostych: 41.80 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.85 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g;		
środa 2023-12-20		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry z indyka pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g , Pierś z kurczaka pieczona 100g , Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , Kasza jęczmienna 160g (GLU), Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Plastry ze schabu pieczonego 40g , Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1749.83 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Węglowodany ogółem: 251.31 g; suma cukrów prostych: 43.06 g; Tłuszcz: 50.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.55 g; Sól: 4.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-20		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , Rukola 5g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200g (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Pierś z kurczaka pieczona 100g , Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml , Brukselka gotowana 100g , Kasza pęczak 160g (GLU), Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , Ogórek kiszony 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.82 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Węglowodany ogółem: 301.53 g; suma cukrów prostych: 32.11 g; Tłuszcz: 81.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.22 g; Sól: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 49.76 g;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Lazania z mięsem 270g (GLU, MLE), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , sałata karbowana 10g , pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1966.66 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Węglowodany ogółem: 232.12 g; suma cukrów prostych: 31.63 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; Sól: 7.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Pulpet wp w sosie pomidorowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Ryż 160g , Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml , sos pomidorowy 50g (MLE),	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), sałata karbowana 10g , Pomidor sparzony 60g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU), Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1976.90 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Węglowodany ogółem: 229.75 g; suma cukrów prostych: 33.48 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; Sól: 6.54 g; Błonnik pokarmowy: 17.43 g;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Ser biały 60g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (SEL), Pulpet wp w sosie pomidorowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Ryż 160g , Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml , sos pomidorowy 50g (MLE),	Lekkostrawne lecco z pierśią kurczaka i ziemniakami 110g (SEL), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1637.60 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 235.92 g; suma cukrów prostych: 34.92 g; Tłuszcz: 45.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.19 g; Sól: 3.72 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g;		
czwartek 2023-12-21		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Pulpet wp w sosie pomidorowym 120g (GLU, JAJ, MLE), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza gryczana 160g , surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g , pomidor 40g , Herbata 200ml , sałata karbowana 10g , Masło 10g , Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.08 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Węglowodany ogółem: 247.41 g; suma cukrów prostych: 24.41 g; Tłuszcz: 92.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; Sól: 8.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-22		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Szpinak i kielki 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,	Zupa węgierska 300g (MLE, SEL), Ryba w panierce 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, pomidor 60g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.64 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Węglowodany ogółem: 258.51 g; suma cukrów prostych: 38.26 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.88 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, Szpinak i kielki 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Pasta z twarogu z natką 80g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.89 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Węglowodany ogółem: 246.52 g; suma cukrów prostych: 50.83 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.95 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane bez żółtka 1szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Marchewka w kostce gotowana 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 55g (SEL), Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry z indyka pieczonego 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1823.46 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Węglowodany ogółem: 241.01 g; suma cukrów prostych: 45.05 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.24 g; Sól: 4.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;		
piątek 2023-12-22		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Szpinak i kielki 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g, Herbata 200ml, jogurt 100 1szt (MLE), II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa węgierska 300g (MLE, SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g, Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1944.70 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Węglowodany ogółem: 242.20 g; suma cukrów prostych: 36.80 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.10 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.34 g;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omelet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,	Zupa ogórkowa 300g (MLE, SEL), Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml,	Makaron z serem i jogurtem 110g (GLU, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), Herbata 200ml, pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2285.45 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Węglowodany ogółem: 308.31 g; suma cukrów prostych: 37.01 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omelet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Udka z kurczaka w sosie własnym 120g, Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 150g, Kompot 200ml,	Makaron z serem i jogurtem 110g (GLU, MLE), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU), Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.33 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Węglowodany ogółem: 277.03 g; suma cukrów prostych: 36.29 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.33 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-23		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g, Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pierś z kurczaka pieczona 100g, Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 150g, Kompot 200ml, Sos koperkowy 60g (SEL),	Makaron z serem i jogurtem 110g (GLU, MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g, Ser biały 60g (MLE), Herbata 200ml, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Bułka wrocławska 80g (GLU), Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1828.62 kcal; Białko ogółem: 97.16 g; Węglowodany ogółem: 280.32 g; suma cukrów prostych: 35.04 g; Tłuszcz: 40.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.68 g; Sól: 3.42 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;		
sobota 2023-12-23		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g, Herbata 200ml, II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g, Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml,	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110g (GLU, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), sałata karbowana 10g, pomidor 80g, Herbata 200ml, Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.84 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; suma cukrów prostych: 34.54 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.41 g; Sól: 7.02 g; Błonnik pokarmowy: 44.58 g;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Krokiety z kapustą 2szt, Surówka z białej kapusty 100g, Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, pomidor 90g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1607.37 kcal; Białko ogółem: 71.24 g; Węglowodany ogółem: 222.22 g; suma cukrów prostych: 40.33 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.63 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU), Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (SOJ, SEL), Pierogi z serem polane jogurtem 5g (GLU, JAJ, MLE), Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.85 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; suma cukrów prostych: 83.93 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;		
niedziela 2023-12-24		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (SOJ, SEL), Pierogi z serem polane jogurtem 5g (GLU, JAJ, MLE), Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.36 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Węglowodany ogółem: 288.31 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Tłuszcz: 70.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.60 g; Sól: 4.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-24		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200g (GLU, MLE),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Naleśniki gryczane ze szpinakiem 2szt (JAJ, MLE), Surówka z białej kapusty 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.13 kcal; Białko ogółem: 104.02 g; Węglowodany ogółem: 264.65 g; suma cukrów prostych: 31.75 g; Tłuszcz: 85.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; Sól: 7.45 g; Błonnik pokarmowy: 43.57 g;		
poniedziałek 2023-12-25		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Rosół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Kotlet schabowy 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.57 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Węglowodany ogółem: 258.01 g; suma cukrów prostych: 37.51 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.13 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;		
poniedziałek 2023-12-25		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Ryż na mleku 300g (MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Rosół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 30g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2152.00 kcal; Białko ogółem: 121.73 g; Węglowodany ogółem: 256.00 g; suma cukrów prostych: 39.23 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g; Sól: 5.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;		
poniedziałek 2023-12-25		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Ryż na mleku 300g (MLE), Ser biały 60g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), pasta z białek jaja kurzego 55g (JAJ, MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1912.59 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Węglowodany ogółem: 236.59 g; suma cukrów prostych: 43.16 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.90 g; Sól: 4.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;		
poniedziałek 2023-12-25		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,	Rosół z makaronem razowym 300g (GLU, SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.27 kcal; Białko ogółem: 124.16 g; Węglowodany ogółem: 269.01 g; suma cukrów prostych: 27.35 g; Tłuszcz: 89.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; Sól: 6.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pierś kurczaka w sosie z brokułami 120g (MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2139.37 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Węglowodany ogółem: 300.23 g; suma cukrów prostych: 38.94 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.21 g; Sól: 5.69 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;		
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g , Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Salatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml ,	Salatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), Ser biały 60g (MLE), Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.85 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 255.34 g; suma cukrów prostych: 49.12 g; Tłuszcz: 88.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.88 g; Sól: 4.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.90 g;		
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pierś z kurczaka pieczona 100g , Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,	Makaron ryżowy z piersią drobiową i warzywami 300g , Ser biały 60g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2069.76 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Węglowodany ogółem: 313.41 g; suma cukrów prostych: 57.29 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.37 g; Sól: 3.92 g; Błonnik pokarmowy: 21.59 g;		
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g , Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kasza pęczak 160g (GLU), Kompot bez cukru 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Salatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.69 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Węglowodany ogółem: 322.93 g; suma cukrów prostych: 41.30 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.96 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 40.74 g;		
środa 2023-12-27		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym 300g (GLU, MLE), Gołąbki wege z kaszą i pieczarką 300g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta warzywna 55g (SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.37 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 269.23 g; suma cukrów prostych: 50.41 g; Tłuszcz: 79.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.40 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;		
środa 2023-12-27		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Risotto wegetariańskie z tofu 300g (SOJ, SEL), Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta warzywna 55g (SEL), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1906.80 kcal; Białko ogółem: 81.60 g; Węglowodany ogółem: 279.09 g; suma cukrów prostych: 45.53 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.15 g; Sól: 5.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-27		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (SEL), Risotto wegetariańskie 300g (SOJ, SEL), Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Pasta warzywna 80g (SEL), Plastry z indyka pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1669.05 kcal; Białko ogółem: 69.66 g; Węglowodany ogółem: 282.09 g; suma cukrów prostych: 48.30 g; Tłuszcz: 35.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.42 g; Sól: 3.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;		
środa 2023-12-27		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Gołąbki wege z kaszą i pieczarką 300g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta warzywna 55g (SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1848.51 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Węglowodany ogółem: 239.00 g; suma cukrów prostych: 45.17 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.96 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.00 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Pieczeń wp w sosie szpinakowym 140g (GLU, JAJ, MLE), Kasza kuskus 160g (GLU), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.21 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Węglowodany ogółem: 296.96 g; suma cukrów prostych: 54.39 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; Sól: 6.92 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g , Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron spaghetti 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.60 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; suma cukrów prostych: 71.37 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.48 g; Sól: 4.81 g; Błonnik pokarmowy: 19.38 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Ser biały 60g (MLE), Plastry z indyka pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g , Schab wp pieczony 100g , Kasza kuskus 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , pasta z białek jaja kurzego 55g (JAJ, MLE), Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU), Margaryna porcja 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2057.96 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Węglowodany ogółem: 266.38 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.37 g; Sól: 3.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200g (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron razowy 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.70 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; suma cukrów prostych: 48.43 g; Tłuszcz: 97.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; Sól: 8.81 g; Błonnik pokarmowy: 44.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-29		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa gulaszowa 300g (MLE, SEL), Ryba w panierce 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1924.39 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Węglowodany ogółem: 241.71 g; suma cukrów prostych: 38.42 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;		
piątek 2023-12-29		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 80g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml , Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1787.71 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Węglowodany ogółem: 242.36 g; suma cukrów prostych: 50.85 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.08 g; Sól: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;		
piątek 2023-12-29		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Marchewka w kostce gotowana 100g , Kompot 200ml , Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Pasta warzywna z cukinią 55g (SEL), Ser biały 60g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1794.73 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Węglowodany ogółem: 236.42 g; suma cukrów prostych: 44.92 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.40 g; Sól: 4.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;		
piątek 2023-12-29		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Zupa gulaszowa 300g (MLE, SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1895.53 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Węglowodany ogółem: 239.68 g; suma cukrów prostych: 32.42 g; Tłuszcz: 71.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.09 g; Sól: 7.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa krem z buraczka 300g (SOJ), Schab w sosie pieczarkowym 120g (MLE), Kasza gryczana 160g , Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g , szynka drobiowa 2 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.63 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Węglowodany ogółem: 293.71 g; suma cukrów prostych: 50.16 g; Tłuszcz: 97.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z buraczka 300g (SOJ), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Kasza jaglana 160g , Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 30g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU), szynka drobiowa 2 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.17 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Węglowodany ogółem: 280.45 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Tłuszcz: 81.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; Sól: 6.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
<p>pastą z białek jaja kurzego 55g (JAJ, MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>	<p>Zupa krem z buraczka 300g (SOJ), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Kasza jaglana 160g , Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,</p>	<p>Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.39 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; suma cukrów prostych: 51.19 g; Tłuszcz: 68.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.46 g; Sól: 4.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;</p>		
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
<p>Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Potrawka z kurczaka lekkostrawna 220g (SEL), Kasza gryczana 160g , Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml ,</p>	<p>Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.87 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Węglowodany ogółem: 297.09 g; suma cukrów prostych: 47.11 g; Tłuszcz: 91.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.24 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 44.41 g;</p>		
niedziela 2023-12-31		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,</p>	<p>Zupa kapuśniak 300g (SEL), Pałki z kurczaka w pomarańczy 150g (MLE), Ryż 160g , surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,</p>	<p>Pasta warzywna 55g (SEL), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2002.44 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 283.07 g; suma cukrów prostych: 44.31 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.63 g; Sól: 6.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g;</p>		
niedziela 2023-12-31		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,</p>	<p>Pasta warzywna 55g (SEL), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1825.33 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Węglowodany ogółem: 252.87 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.03 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g;</p>		
niedziela 2023-12-31		
Dieta: NFZ ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU		
<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Pasta z twarogu 55g (MLE), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>	<p>Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,</p>	<p>Pasta warzywna 55g (SEL), Jajko gotowane bez żółtka 0.5szt (JAJ), Plastry ze schabu pieczonego 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Margaryna porcja 1szt , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),</p>
<p>Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1823.92 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Węglowodany ogółem: 247.64 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.72 g; Sól: 4.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-12-31		Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g	Zupa kapuśniak 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Pasta warzywna 55g (SEL), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1922.16 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Węglowodany ogółem: 253.58 g; suma cukrów prostych: 28.16 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 40.74 g;		