

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-12-25		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Ryż na mleku 300g (<i>MLE</i>), Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Kotlet schabowy 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane 160g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (<i>JAJ, SEL</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), 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 (<i>MLE</i>), Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza jęczmienna 160g (<i>GLU</i>), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (<i>SEL</i>),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (<i>JAJ, SEL</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 30g , Plastry pieczonych warzyw 80g (<i>SEL</i>), sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),
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 DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,	Rosół z makaronem razowym 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (<i>SEL</i>),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (<i>JAJ, SEL</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), 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;		
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omelet z warzywami 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>SOJ</i>), Eskalopki drobiowe w sosie musztardowym 120g (<i>MLE, GOR</i>), Kasza pęczak 160g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty czerwonej 100g (<i>SEZ</i>), Kompot 200ml ,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (<i>GLU</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), 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 omelet z warzywami 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>SOJ</i>), Pałki z kurczaka 150g , Ziemniaki gotowane 160g (<i>MLE</i>), Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml ,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (<i>GLU</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),
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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2023-12-26		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlet 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), Pałki z kurczaka 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kasza pęczak 160g (GLU), Kompot bez cukru 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Sałatka 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 kapuśniak 300g (SEL), Kotlet jajeczny 150g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z selera i brzoskwini z jogurtem 100g (MLE, SEL), Kompot 200ml ,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 55g (SEL), 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]: 1949.75 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Węglowodany ogółem: 254.93 g; suma cukrów prostych: 40.48 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 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 , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 270g (GLU, MLE), Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), 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]: 1830.10 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Węglowodany ogółem: 273.45 g; suma cukrów prostych: 47.62 g; Tłuszcz: 47.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.66 g; Sól: 4.95 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g;		
środa 2023-12-27		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH 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 kapuśniak 300g (SEL), Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300g (MLE), Surówka z białej kapusty 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 55g (SEL), 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]: 1894.68 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 276.13 g; suma cukrów prostych: 37.80 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.40 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 45.23 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), Udko z kurczka w sosie śmietanowym 140g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (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]: 2126.48 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 270.50 g; suma cukrów prostych: 41.70 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; Sól: 6.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
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 , Gulasz drobiowy 220g (SEL), Kasza jaglana 160g , Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (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]: 1933.05 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Węglowodany ogółem: 241.37 g; suma cukrów prostych: 45.03 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.14 g; Sól: 4.67 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 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 białym 200g (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Gulasz drobiowy 220g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (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]: 2428.87 kcal; Białko ogółem: 110.21 g; Węglowodany ogółem: 310.51 g; suma cukrów prostych: 37.06 g; Tłuszcz: 93.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; Sól: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 47.37 g;		
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 neapolitanka z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet rybny 100g (GLU, JAJ), 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 40g , 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 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 warzywna z pomidorami 300g (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 30g , 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczone 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 fasolowa 300g (SEL), Pieczeń wp w sosie szpinakowym 140g (GLU, JAJ, MLE), Ryż 160g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasztet 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]: 2619.86 kcal; Białko ogółem: 128.14 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Tłuszcz: 109.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczone 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), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron spaghetti 160g (GLU), Dynia gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasztet 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]: 2381.56 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Węglowodany ogółem: 280.37 g; suma cukrów prostych: 61.16 g; Tłuszcz: 91.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.05 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczone 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),	Zupa fasolowa 300g (SEL), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml ,	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g , pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2331.67 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Węglowodany ogółem: 305.84 g; suma cukrów prostych: 43.73 g; Tłuszcz: 87.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.15 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 48.02 g;		
niedziela 2023-12-31		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
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 ,	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Eskalopki schabowe w sosie śliwkowym 120g (MLE), Kasza gryczana 160g , Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	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 ,
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;		
niedziela 2023-12-31		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,	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),
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;		

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 jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z pora 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;		