

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-01		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , Szpinak i kielki 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Kotlet mielony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z białej kapusty 100g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.84 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; suma cukrów prostych: 54.82 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; Sól: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;		
poniedziałek 2024-01-01		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Ser biały 60g (MLE), 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), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza kuskus 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, MLE), Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU), Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.97 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; suma cukrów prostych: 74.34 g; Tłuszcz: 57.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;		
poniedziałek 2024-01-01		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Ser żółty 30g (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 krem z białych warzyw 300g (SEL), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Ryż brązowy 160g , Surówka z białej kapusty 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Herbata 200ml , pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.15 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Węglowodany ogółem: 294.82 g; suma cukrów prostych: 38.67 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; Sól: 8.10 g; Błonnik pokarmowy: 40.03 g;		
wtorek 2024-01-02		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa ogórkowa 300g (MLE, SEL), Gulasz drobiowy z dynią i pieczarką 220g (MLE), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot 200ml ,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Ser żółty 30g (MLE), pomidor 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g , Ogórek kiszony 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.38 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Węglowodany ogółem: 265.37 g; suma cukrów prostych: 33.98 g; Tłuszcz: 98.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.57 g; Sól: 8.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
wtorek 2024-01-02		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlet 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 ryżanka 300g (SEL), Pierś z kurczaka pieczona 100g , Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), 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]: 2031.97 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Węglowodany ogółem: 239.45 g; suma cukrów prostych: 45.10 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.86 g; Sól: 6.70 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g;		
wtorek 2024-01-02		
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 plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa ogórkowa 300g (MLE, SEL), Pierś z kurczaka pieczona 100g , Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos jarzynowy 60g (SEL),	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Ser żółty 30g (MLE), pomidor 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g , Herbata 200ml , Ogórek kiszony 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.29 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Węglowodany ogółem: 266.37 g; suma cukrów prostych: 31.64 g; Tłuszcz: 92.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; Sól: 9.03 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-01-03		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g,	Zupa z soczewicy 300g (SEL), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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]: 2237.68 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; suma cukrów prostych: 37.63 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (SOJ, SEL), Risotto wegetariańskie z tofu 300g (SOJ, SEL), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), 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]: 2074.50 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; suma cukrów prostych: 64.12 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.84 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;		
środa 2024-01-03		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (JAJ, 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 z soczewicy 300g (SEL), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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]: 2459.09 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Węglowodany ogółem: 301.80 g; suma cukrów prostych: 24.35 g; Tłuszcz: 101.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; Sól: 8.90 g; Błonnik pokarmowy: 45.12 g;		
czwartek 2024-01-04		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
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 pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Spaghetti bolognese 300g (GLU), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 40g, Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g, pomidor 30g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2003.25 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Węglowodany ogółem: 278.89 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Tłuszcz: 57.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.27 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g;		
czwartek 2024-01-04		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g, Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza jaglana 160g, Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), szynka drobiowa 40g, Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1743.38 kcal; Białko ogółem: 100.44 g; Węglowodany ogółem: 216.25 g; suma cukrów prostych: 32.89 g; Tłuszcz: 57.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.25 g; Sól: 4.90 g; Błonnik pokarmowy: 19.38 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-04		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
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 pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g , pomidor 30g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Masło 10g , Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.43 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Węglowodany ogółem: 245.39 g; suma cukrów prostych: 26.33 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.83 g; Sól: 6.03 g; Błonnik pokarmowy: 43.31 g;		
piątek 2024-01-05		
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 , Szpinak i kielki 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,	Zupa brokułowa 300g (MLE, SEL), Ryba na szpinaku 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g ,	Pasta warzywna 80g (SEL), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 60g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1925.63 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 251.16 g; suma cukrów prostych: 26.93 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.72 g; Sól: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.70 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , Szpinak i kielki 10g , Masło 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Rośół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Pulpet z ryby 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Pasta warzywna 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]: 1903.38 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Węglowodany ogółem: 250.79 g; suma cukrów prostych: 38.12 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;		
piątek 2024-01-05		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jajko gotowane na twardo 0.5szt (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 brokułowa 300g (MLE, SEL), Pulpet z ryby 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos z natki pietruszki 60g (SEL),	Pasta warzywna 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]: 1930.14 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Węglowodany ogółem: 268.93 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.15 g; Sól: 8.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.84 g;		
sobota 2024-01-06		
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 pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Schab z jabłkiem i żurawiną 120g (MLE), Kasza gryczana 160g , surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g , pomidor 80g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2167.80 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-06		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt 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), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g, Kasza jęczmienna 160g (GLU), Buraczki puree 120g, Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (GLU, MLE), Herbata 200ml, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Ser biały 60g (MLE), Masło 10g, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.58 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; suma cukrów prostych: 62.36 g; Tłuszcz: 72.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
sobota 2024-01-06		
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: Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g (GLU, MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300g (MLE), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g, Kasza gryczana 160g, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110g (GLU, MLE), sałata karbowana 10g, wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g, pomidor 80g, Herbata 200ml, Ser żółty 30g (MLE), Masło 10g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.05 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Węglowodany ogółem: 249.41 g; suma cukrów prostych: 29.10 g; Tłuszcz: 95.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.21 g;		
niedziela 2024-01-07		
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,	Żurek z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Pałki z kurczaka w pomarańczy 150g (MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka Colesław 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), 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]: 2202.16 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Węglowodany ogółem: 281.95 g; suma cukrów prostych: 39.40 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g;		
niedziela 2024-01-07		
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 krem z marchwi 300g, Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), 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]: 1932.57 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Węglowodany ogółem: 239.90 g; suma cukrów prostych: 48.05 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.46 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 22.98 g;		
niedziela 2024-01-07		
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: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Żurek z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka Colesław 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), 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]: 2163.67 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Węglowodany ogółem: 274.22 g; suma cukrów prostych: 35.43 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.34 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 42.57 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny