

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-08		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Kotleń mielony z pieczarką 120g (GLU, JAJ, GOR), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.76 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Węglowodany ogółem: 272.81 g; suma cukrów prostych: 53.44 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;		
poniedziałek 2024-04-08		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z buraczka 300g (SOJ), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 30g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2203.33 kcal; Białko ogółem: 118.93 g; Węglowodany ogółem: 279.09 g; suma cukrów prostych: 55.58 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.54 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 17.93 g;		
poniedziałek 2024-04-08		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza gryczana 160g , Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 30g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.07 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Węglowodany ogółem: 272.88 g; suma cukrów prostych: 36.43 g; Tłuszcz: 85.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.39 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omelet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Gulasz drobiowy 220g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g , Kompot 200ml ,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.70 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Węglowodany ogółem: 258.29 g; suma cukrów prostych: 39.28 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.05 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 38.20 g;		
wtorek 2024-04-09		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omelet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa ryżanka 300g (SEL), Palki z kurczaka 150g , Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml ,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1827.35 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Węglowodany ogółem: 233.86 g; suma cukrów prostych: 45.84 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.46 g; Sól: 4.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-04-09		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Pałki z kurczaka 150g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kasza bulgur 160g (GLU), Kompot bez cukru 200ml, Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.13 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Węglowodany ogółem: 271.82 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.71 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 42.70 g;		
środa 2024-04-10		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa fasolowa 300g (SEL), Kotlet jajeczny 150g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml, Ziemniaki gotowane 160g (MLE),	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE), Ogórek kiszony 40g, Ziemniaki gotowane 160g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.07 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Węglowodany ogółem: 245.38 g; suma cukrów prostych: 36.86 g; Tłuszcz: 97.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.60 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.10 g;		
środa 2024-04-10		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Pierogi z serem polane jogurtem 5g (GLU, JAJ, MLE), Brzoskwinia 40g, Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2123.17 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Węglowodany ogółem: 258.81 g; suma cukrów prostych: 65.31 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 15.25 g;		
środa 2024-04-10		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa fasolowa 300g (SEL), Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300g (MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Ogórek kiszony 40g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.81 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Węglowodany ogółem: 280.85 g; suma cukrów prostych: 34.57 g; Tłuszcz: 82.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 46.94 g;		
czwartek 2024-04-11		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa krem z marchwi z grzankami 300g (GLU, MLE), Udka z kurczaka w przyprawach 120g, Ryż 160g, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.72 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 279.85 g; suma cukrów prostych: 39.51 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-04-11 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pasta z twarogu z natką 55g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (<i>MLE, SEL</i>), Gulasz drobiowy 220g (<i>SEL</i>), Kasza kuskus 160g (<i>GLU</i>), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1747.22 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Węglowodany ogółem: 238.01 g; suma cukrów prostych: 39.20 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.65 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g;		
czwartek 2024-04-11 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pasta z twarogu z natką 55g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (<i>MLE, SEL</i>), Gulasz drobiowy 220g (<i>SEL</i>), Kasza pęczak 160g (<i>GLU</i>), surówka z białej rzepy 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot bez cukru 200ml,	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.75 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Węglowodany ogółem: 304.83 g; suma cukrów prostych: 33.08 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.03 g; Sól: 6.98 g; Błonnik pokarmowy: 49.20 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Makaron na mleku 300g (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Masło 10g (<i>MLE</i>),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba po grecku 120g (<i>JAJ, RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Masło 10g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1929.16 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 248.99 g; suma cukrów prostych: 33.57 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.32 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Makaron na mleku 300g (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 80g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z marchwi, selera i cukinii 300g (<i>SEL</i>), Ryba pieczona z warzywami 120g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g (<i>MLE</i>), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1760.65 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Węglowodany ogółem: 236.52 g; suma cukrów prostych: 44.50 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.42 g; Sól: 5.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;		
piątek 2024-04-12 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba pieczona z warzywami 120g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1843.52 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Węglowodany ogółem: 231.45 g; suma cukrów prostych: 31.91 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.05 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 38.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-04-13		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Rosół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Pulpet wp w sosie koperkowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Kasza gryczana 160g, Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.26 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Węglowodany ogółem: 301.41 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.02 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;		
sobota 2024-04-13		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Rosół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza jaglana 160g, Buraczki puree 150g, Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 30g, Pomidor sparzony 80g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU), szynka drobiowa 2 40g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.11 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Węglowodany ogółem: 301.82 g; suma cukrów prostych: 59.30 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.97 g;		
sobota 2024-04-13		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Rosół z makaronem razowym 300g (GLU, SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza gryczana 160g, Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.67 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Węglowodany ogółem: 304.48 g; suma cukrów prostych: 36.96 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.79 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 44.65 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pierś kurczaka w sosie z brokułami 120g (MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2168.27 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; suma cukrów prostych: 46.60 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.81 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		
niedziela 2024-04-14		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100g (MLE, SEL), 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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2120.72 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Węglowodany ogółem: 257.13 g; suma cukrów prostych: 58.09 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.82 g; Sól: 6.48 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-04-14		Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
jogurt 100 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300g (MLE), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2177.93 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Węglowodany ogółem: 267.35 g; suma cukrów prostych: 24.70 g; Tłuszcz: 89.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.48 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g;		