

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-05-13		
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 z soczewicy 300g (SEL), Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 120g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, 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]: 2413.24 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Węglowodany ogółem: 308.72 g; suma cukrów prostych: 49.75 g; Tłuszcz: 89.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		
poniedziałek 2024-05-13		
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 barszcz czerwony z ziemniakami 300g (SOJ, SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g, Kompot 200ml,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 30g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2416.74 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; suma cukrów prostych: 73.34 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.86 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;		
poniedziałek 2024-05-13		
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 z soczewicy 300g (SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza gryczana 160g, Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Pasztet 55g (GLU, JAJ, 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]: 2394.30 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; suma cukrów prostych: 35.17 g; Tłuszcz: 93.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.01 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 40.41 g;		
wtorek 2024-05-14		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt 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 brokułowa 300g (MLE, SEL), Rolada wp z szynką i serem w sosie 120g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 1998.87 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Węglowodany ogółem: 265.91 g; suma cukrów prostych: 42.21 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.66 g; Sól: 5.66 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g;		
wtorek 2024-05-14		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt 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 makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 1990.99 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Węglowodany ogółem: 233.90 g; suma cukrów prostych: 45.87 g; Tłuszcz: 80.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; Sól: 4.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-05-14		
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 brokułowa 300g (MLE, SEL), Pałki z kurczaka 150g, Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kasza pęczak 160g (GLU), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Salatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 2234.94 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Węglowodany ogółem: 279.44 g; suma cukrów prostych: 40.61 g; Tłuszcz: 83.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.03 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 43.17 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Makaron penne z sosem pomidorowym 300g (GLU, MLE), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 2147.81 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; Sól: 6.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g;		
środa 2024-05-15		
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 cukinii marchwi, seler 300g (SEL), Pierogi z serem polane jogurtem 5szt (GLU, JAJ, MLE), Brzoskwinia 40g, Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 80g (SEL), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1910.95 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Węglowodany ogółem: 257.41 g; suma cukrów prostych: 66.56 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; Sól: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 14.76 g;		
środa 2024-05-15		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Naleśniki gryczane ze szpinakiem 2szt (JAJ, MLE), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 1877.77 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 38.19 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 39.24 g;		
czwartek 2024-05-16		
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),	Żurek z kielbasą 300g (MLE, SEL), Udko w sosie BBQ 150g, Ryż 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), 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]: 2071.86 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Węglowodany ogółem: 268.37 g; suma cukrów prostych: 32.06 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.14 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-05-16		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Rośół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza kuskus 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1889.03 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Węglowodany ogółem: 231.57 g; suma cukrów prostych: 33.34 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.59 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;		
czwartek 2024-05-16		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pasta z twarogu z natką 55g (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: Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200g (GLU, MLE),	Żurek z kielbasą 300g (MLE, SEL), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Ryż brązowy 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), 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]: 2247.19 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Węglowodany ogółem: 301.86 g; suma cukrów prostych: 30.23 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 51.86 g;		
piątek 2024-05-17		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Makaron na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), 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]: 2094.57 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Węglowodany ogółem: 261.71 g; suma cukrów prostych: 34.03 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.19 g; Sól: 7.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g;		
piątek 2024-05-17		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Makaron na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 80g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), 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 sałaty z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1904.00 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 232.35 g; suma cukrów prostych: 41.39 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.77 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 18.34 g;		
piątek 2024-05-17		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), 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]: 2006.88 kcal; Białko ogółem: 92.40 g; Węglowodany ogółem: 243.73 g; suma cukrów prostych: 32.08 g; Tłuszcz: 81.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.91 g; Sól: 8.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-05-18		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczone omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Gulasz drobiowy 220g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g, 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 2024-05-18		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczone omlet 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),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Kasza jaglana 160g, Buraczki puree 150g, Kompot 200ml, Sos z natki pietruszki 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 2024-05-18		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczone omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (SEL), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g, Kompot bez cukru 200ml, Sos z natki pietruszki 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 2024-05-19		
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), Bitka wp w sosie myśliwskim 120g (GOR), Kasza gryczana 160g, Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 2090.24 kcal; Białko ogółem: 91.35 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; suma cukrów prostych: 49.33 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.83 g; Sól: 6.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;		
niedziela 2024-05-19		
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 ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100g (MLE, SEL), Kompot 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 1926.54 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Węglowodany ogółem: 263.57 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.24 g; Sól: 6.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-05-19		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 ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza gryczana 160g, Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 2081.07 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; suma cukrów prostych: 25.78 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g; Sól: 6.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.79 g;		