

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Szpinak i kielki 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Kurczak po marokańsku 220g, Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2090.94 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Węglowodany ogółem: 293.66 g; suma cukrów prostych: 50.84 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.90 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 36.53 g;		
poniedziałek 2024-02-26		
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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa warzywna z pomidorami 300g (SEL), Pierś kurczaka pieczona z warzywami korzeniowymi 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Salatka z gotowanego buraczka z natką 100g, Kompot 200ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, bułka wrocławska 80g (GLU), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1820.11 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Węglowodany ogółem: 235.57 g; suma cukrów prostych: 53.52 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.81 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		
poniedziałek 2024-02-26		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Szpinak i kielki 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Pierś kurczaka pieczona z warzywami korzeniowymi 120g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2014.28 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Węglowodany ogółem: 277.38 g; suma cukrów prostych: 42.35 g; Tłuszcz: 58.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.57 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.02 g;		
wtorek 2024-02-27		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa kapuśniak 300g (SEL), Kotlet mielony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Kompot 200ml, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR),	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2007.55 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Węglowodany ogółem: 262.91 g; suma cukrów prostych: 58.88 g; Tłuszcz: 68.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.39 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g;		
wtorek 2024-02-27		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (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), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makarony spaghetti 160g (GLU), Marchewka mini gotowana 100g, Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, szynka drobiowa 2 40g, Ser biały 60g (MLE), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2040.23 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Węglowodany ogółem: 247.21 g; suma cukrów prostych: 44.68 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.52 g; Sól: 5.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.53 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 40g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa kapuśniak 300g (SEL), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron razowy 160g (GLU), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Kompot bez cukru 200ml, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR),	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (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]: 2501.32 kcal; Białko ogółem: 132.79 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; suma cukrów prostych: 53.10 g; Tłuszcz: 92.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.63 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 45.72 g;		
środa 2024-02-28		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Rukola 5g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa węgierska 300g (MLE, SEL), Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml,	Pasta warzywna 55g (SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 40g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.34 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 275.22 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.15 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
środa 2024-02-28		
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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z dyni 300g, Pierogi z serem polane jogurtem 5szt (GLU, JAJ, MLE), Brzoskwinia 40g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna 55g (SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.29 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Węglowodany ogółem: 265.59 g; suma cukrów prostych: 69.11 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; Sól: 5.31 g; Błonnik pokarmowy: 15.72 g;		
środa 2024-02-28		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, Rukola 5g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200g (GLU, MLE),	Zupa węgierska 300g (MLE, SEL), Pęczotto wegetariańskie 300g (GLU, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml,	Pasta warzywna 55g (SEL), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (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]: 2153.93 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Węglowodany ogółem: 271.73 g; suma cukrów prostych: 35.87 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.07 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 44.69 g;		
czwartek 2024-02-29		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
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 jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Spaghetti bolognese 300g (GLU), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), 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), sałata karbowana 10g, pomidor 30g, Ogórek kiszony 40g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.31 kcal; Białko ogółem: 97.37 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; suma cukrów prostych: 31.43 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa ryżanka 300g (SEL), Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml , sos pomidorowy 50g (MLE),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), 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 (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.53 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Węglowodany ogółem: 237.51 g; suma cukrów prostych: 41.63 g; Tłuszcz: 82.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g;		
czwartek 2024-02-29		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
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 jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza gryczana 160g , surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g , pomidor 40g , Herbata 200ml , sałata karbowana 10g , Masło 10g (MLE), Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.33 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Węglowodany ogółem: 248.61 g; suma cukrów prostych: 22.80 g; Tłuszcz: 89.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.89 g; Sól: 8.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), 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 neapolitanka z makaronem 300g (GLU, MLE, SEL), Ryba na szpinaku 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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]: 2201.18 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Węglowodany ogółem: 256.79 g; suma cukrów prostych: 35.12 g; Tłuszcz: 93.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; Sól: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	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]: 1981.78 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Węglowodany ogółem: 235.78 g; suma cukrów prostych: 48.15 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g;		
piątek 2024-03-01		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), 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 , jogurt 100 1szt (MLE), II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	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]: 2133.04 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Węglowodany ogółem: 255.09 g; suma cukrów prostych: 33.53 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; Sól: 7.96 g; Błonnik pokarmowy: 39.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-02		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Rośół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Schab z jabłkiem i żurawiną 120g (MLE), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml,	Salátka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), Herbata 200ml, pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.63 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Węglowodany ogółem: 297.61 g; suma cukrów prostych: 39.97 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.80 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), 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 jęczmienna 160g (GLU), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml,	Salátka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.54 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; suma cukrów prostych: 37.30 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;		
sobota 2024-03-02		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), papryka 30g, Ogórek kiszony 40g, 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), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml,	Salátka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), sałata karbowana 10g, pomidor 80g, Herbata 200ml, Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.24 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; suma cukrów prostych: 34.28 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.93 g; Sól: 6.48 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), 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 ciecierzycy 300g (SEL), Udko z kurczaka w sosie miodowo musztardowym 150g (MLE, GOR), Ryż 160g, Surówka z białej kapusty 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna 50g (SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 90g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1907.32 kcal; Białko ogółem: 81.50 g; Węglowodany ogółem: 278.87 g; suma cukrów prostych: 39.97 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;		
niedziela 2024-03-03		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU), Zacierka na mleku 300g (GLU, MLE),	Zupa krem z marchwi 300g, Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Buraczki puree 150g, Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Pasta warzywna 50g (SEL), 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),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1844.36 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Węglowodany ogółem: 265.86 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.03 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-03		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), 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),	Zupa z ciecierzycy 300g (SEL), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Ryż brązowy 160g, Surówka z białej kapusty 100g, Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Pasta warzywna 50g (SEL), Pasta z twarogu z natką 55g (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]: 2083.69 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Węglowodany ogółem: 278.84 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 46.66 g;		