

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), 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 pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 120g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z białej kapusty 100g, Kompot 200ml,	Makaron z serem i jogurtem 110g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.52 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Węglowodany ogółem: 309.46 g; suma cukrów prostych: 43.34 g; Tłuszcz: 78.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;		
poniedziałek 2024-03-11		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (SOJ, SEL), Gulasz drobiowy 220g (SEL), Ryż 160g, Marchewka mini gotowana 100g, Kompot 200ml,	Makaron z serem i jogurtem 110g (GLU, 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 (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.08 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Węglowodany ogółem: 315.24 g; suma cukrów prostych: 65.60 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.02 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;		
poniedziałek 2024-03-11		
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 karbowana 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (MLE, SEL), Gulasz drobiowy 220g (SEL), Ryż brązowy 160g, Surówka z białej kapusty 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Makaron razowy z serem i jogurtem 110g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z koperkiem 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Herbata 200ml, pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.48 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Węglowodany ogółem: 289.91 g; suma cukrów prostych: 37.46 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.30 g; Sól: 7.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.63 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 80g (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 pomidorowa z makaronem 300g (GLU, JAJ, MLE), Pulpet wp w sosie śmietanowo-szczypiorkowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Kasza gryczana 160g, Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 40g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.97 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Węglowodany ogółem: 265.84 g; suma cukrów prostych: 27.96 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;		
wtorek 2024-03-12		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omelet 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 krem z selera i marchwi 300g, Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Salatka z gotowanego buraczka z natką 100g, Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), 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]: 2134.80 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Węglowodany ogółem: 241.59 g; suma cukrów prostych: 46.18 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.55 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-12		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (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),	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 300g (GLU, JAJ, MLE), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Kasza gryczana 160g, Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Ogórek kiszony 40g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.13 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; suma cukrów prostych: 29.20 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.51 g; Sól: 8.31 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g;		
środa 2024-03-13		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 80g (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), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml,	Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.74 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g; suma cukrów prostych: 66.27 g; Tłuszcz: 88.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.61 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;		
środa 2024-03-13		
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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Pierogi ze szpinakiem i twarogiem 5g (GLU, JAJ, MLE), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml,	Pasztet 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]: 2123.72 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Węglowodany ogółem: 284.05 g; suma cukrów prostych: 67.31 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		
środa 2024-03-13		
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 (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 soczewicy 300g (SEL), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml,	Pasztet 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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]: 2439.82 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Węglowodany ogółem: 265.50 g; suma cukrów prostych: 26.19 g; Tłuszcz: 109.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; Sól: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 42.17 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pasta z twarogu z koperkiem 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 ogórkowa 300g (MLE, SEL), Bitka wp w sosie myśliwskim 120g (GOR), Kasza bulgur 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g, pomidor 30g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g (MLE), Pieczywo mieszane 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2134.86 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Węglowodany ogółem: 284.37 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.39 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-14		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml, sos pomidorowy 50g (MLE),	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g (MLE), Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.26 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Węglowodany ogółem: 246.32 g; suma cukrów prostych: 40.05 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.59 g; Sól: 4.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.13 g;		
czwartek 2024-03-14		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pasta z twarogu z koperkiem 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: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Zupa ogórkowa 300g (MLE, SEL), Pieczeń mięsna ze szpinakiem 120g (GLU, JAJ), Kasza bulgur 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, sos pomidorowy 50g (MLE),	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), Ogórek kiszony 40g, pomidor 30g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g (MLE), Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.69 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Węglowodany ogółem: 288.38 g; suma cukrów prostych: 41.66 g; Tłuszcz: 80.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.00 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 38.36 g;		
piątek 2024-03-15		
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), papryka 30g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Ryba w panierce 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 (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1846.80 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Węglowodany ogółem: 241.92 g; suma cukrów prostych: 22.33 g; Tłuszcz: 68.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.00 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Makaron na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 1825.13 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Węglowodany ogółem: 253.37 g; suma cukrów prostych: 42.05 g; Tłuszcz: 56.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.36 g; Sól: 5.24 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g;		
piątek 2024-03-15		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jajko gotowane na twardo 0.5szt (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: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g	Zupa szpinakowa 300g (MLE, SEL), Ryba pieczona 100g (RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszonej 100g, Kompot bez cukru 200ml, Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 1818.82 kcal; Białko ogółem: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 234.07 g; suma cukrów prostych: 26.28 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.62 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 39.18 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-16		
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),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Lazania z mięsem 300g (GLU, MLE), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.91 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; suma cukrów prostych: 46.87 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.19 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;		
sobota 2024-03-16		
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),	Zupa krem z dyni 300g, Pałki z kurczaka 150g, Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 120g, Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, Herbata 200ml, Plastry pieczonych warzyw 80g (SEL), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Ser biały 60g (MLE), Masło 10g (MLE), Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2125.12 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Tłuszcz: 70.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;		
sobota 2024-03-16		
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: Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Pałki z kurczaka 150g, Kasza pęczak 160g (GLU), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), sałata karbowana 10g, wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, Herbata 200ml, Ser żółty 30g (MLE), Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.73 kcal; Białko ogółem: 105.98 g; Węglowodany ogółem: 239.57 g; suma cukrów prostych: 30.92 g; Tłuszcz: 99.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; Sól: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.75 g;		
niedziela 2024-03-17		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza kukurydziana na mleku 300g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 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 zacierkowa 300g (GLU, SEL), Gulasz drobiowy z dynią i pieczarką 220g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE), Ogórek kiszony 40g,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.60 kcal; Białko ogółem: 102.03 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; suma cukrów prostych: 43.55 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.47 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;		
niedziela 2024-03-17		
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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa zacierkowa 300g (GLU, SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos pietruszkowy 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 (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.70 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Węglowodany ogółem: 255.29 g; suma cukrów prostych: 45.59 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.79 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 22.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-17		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 , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 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 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Ogórek kiszony 40g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2201.32 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Węglowodany ogółem: 291.72 g; suma cukrów prostych: 37.65 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.10 g; Sól: 6.44 g; Błonnik pokarmowy: 41.24 g;		