

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-03-04		
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 kapuśniak 300g (SEL), Kotlet pożarski 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (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]: 2053.83 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Węglowodany ogółem: 252.74 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.01 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 grysikowa 300g (GLU, SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Ryż 160g , Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 30g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2074.71 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; suma cukrów prostych: 44.43 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; Sól: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
poniedziałek 2024-03-04		
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 kapuśniak 300g (SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z pora 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (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]: 2117.98 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Węglowodany ogółem: 256.00 g; suma cukrów prostych: 28.25 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.71 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 40.03 g;		
wtorek 2024-03-05		
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 jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Gulasz węgierski 220g , Kasza gryczana 160g , Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 80g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2030.64 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Węglowodany ogółem: 258.26 g; suma cukrów prostych: 40.21 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.85 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g;		
wtorek 2024-03-05		
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),	Barszcz czerwony lekkostrawny b/ml 300g (SOJ), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g , Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Ser biały 60g (MLE), Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1909.00 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Węglowodany ogółem: 223.42 g; suma cukrów prostych: 61.18 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.69 g; Sól: 4.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-03-05		
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 jarzynowa z fasolką 300g (MLE, SEL), Udko z kurczaka w sosie własnym 120g, Surówka z ogórków kiszonych 100g (GOR), Kasza gryczana 160g, Kompot bez cukru 200ml, Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), Ser żółty 30g (MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.84 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Węglowodany ogółem: 272.33 g; suma cukrów prostych: 37.04 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), 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 fasolowa 300g (SEL), pierogi ruskie 6szt (GLU, JAJ, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 55g (SEL), 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]: 1949.26 kcal; Białko ogółem: 73.00 g; Węglowodany ogółem: 284.81 g; suma cukrów prostych: 44.10 g; Tłuszcz: 65.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.37 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), 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),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 270g (GLU, MLE), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 55g (SEL), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1961.97 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; suma cukrów prostych: 69.84 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.72 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 17.79 g;		
środa 2024-03-06		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), 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: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa fasolowa 300g (SEL), Naleśniki gryczane ze szpinakiem 2szt (JAJ, MLE), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Pasta warzywna 55g (SEL), 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]: 1813.03 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Węglowodany ogółem: 269.27 g; suma cukrów prostych: 37.42 g; Tłuszcz: 58.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.23 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 44.22 g;		
czwartek 2024-03-07		
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 krem z marchwi z grzankami 300g (GLU, MLE), Bitka wp po staropolsku 120g (GLU), Kasza pęczak 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110g (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]: 2185.03 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 301.79 g; suma cukrów prostych: 40.55 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.90 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-03-07 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 koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Gulasz wieprzowy 220g (SEL), Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110g (MLE), 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]: 1891.61 kcal; Białko ogółem: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 280.49 g; suma cukrów prostych: 60.95 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.22 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;		
czwartek 2024-03-07 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: Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Gulasz wieprzowy 220g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), 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]: 2193.00 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g; suma cukrów prostych: 33.72 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.12 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 52.73 g;		
piątek 2024-03-08 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 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Zupa szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Ryba w cieście naleśnikowym 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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),
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 2024-03-08 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 dyni 300g , Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100g (MLE, SEL), Kompot 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 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]: 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 2024-03-08 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: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Zupa szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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 ,
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 Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-09		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczone omlet 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),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Eskalopki drobiowe w sosie 120g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Kasza gryczana z kurczakiem i warzywami 110g (SEL), 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]: 2129.31 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Węglowodany ogółem: 303.95 g; suma cukrów prostych: 50.70 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.66 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;		
sobota 2024-03-09		
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 pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Dynia gotowana 100g, Kompot 200ml, Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Kasza jaglana z kurczakiem i warzywami 110g (SEL), 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]: 2085.06 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Węglowodany ogółem: 273.62 g; suma cukrów prostych: 42.55 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.90 g; Sól: 6.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g;		
sobota 2024-03-09		
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), 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 ryżem brązowym 300g (MLE), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Kasza bulgur 160g (GLU), surówka z marchwi b/c 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL),	Kasza gryczana z kurczakiem i warzywami 110g (SEL), 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]: 2200.96 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; suma cukrów prostych: 34.82 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.08 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 45.19 g;		
niedziela 2024-03-10		
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),	Krupnik 300g (GLU, SEL), Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 140g (GLU, JAJ), Kasza pęczak 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 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1960.93 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Węglowodany ogółem: 304.39 g; suma cukrów prostych: 49.72 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.04 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 41.74 g;		
niedziela 2024-03-10		
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),	Krupnik 300g (GLU, SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g (MLE), Sałatka z gotowanego buraczka z natką 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]: 1951.91 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Węglowodany ogółem: 259.21 g; suma cukrów prostych: 53.81 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.80 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-10		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: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g	Zupa jarzynowa z natką wege 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Sos koperkowy 60g (SEL), Kasza pęczak 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 60g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1882.05 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Węglowodany ogółem: 259.52 g; suma cukrów prostych: 34.08 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.21 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g;		