

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-11-11</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zacierka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Ser biały 60g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),	Zupa krem z białych warzyw 300g ( <b>SEL</b> ), Sos boloński lekkostrawny wp 220g ( <b>SEL</b> ), Makaron 160g ( <b>GLU</b> ), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, szynka drobiowa 2 40g, Pasta jajeczna z koperkiem 55g ( <b>JAJ, MLE</b> ), Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2060.95 kcal; Białko ogółem: 102.80 g; Węglowodany ogółem: 281.11 g; suma cukrów prostych: 45.17 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.30 g; Sól: 5.01 g; Błonnik pokarmowy: 18.64 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-11</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
jogurt 100 1szt ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, <b>II Śniadanie:</b> Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa krem z białych warzyw 300g ( <b>SEL</b> ), Sos boloński lekkostrawny wp 220g ( <b>SEL</b> ), Makaron razowy 160g ( <b>GLU</b> ), surówka z białej rzepy 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g ( <b>MLE</b> ), Pasta jajeczna z koperkiem 55g ( <b>JAJ, MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Herbata 200ml, pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2289.70 kcal; Białko ogółem: 119.24 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; suma cukrów prostych: 37.43 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 44.73 g;		
<b>poniedziałek 2024-11-11</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA</b>		
Zacierka na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <b>MLE</b> ),	Zupa krem z białych warzyw 300g ( <b>SEL</b> ), Kotlet pożarski 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z białej rzepy 100g, Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, Pasta jajeczna z koperkiem 55g ( <b>JAJ, MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2273.06 kcal; Białko ogółem: 110.60 g; Węglowodany ogółem: 277.66 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; Tłuszcz: 87.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.92 g;		
<b>wtorek 2024-11-12</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g ( <b>SOJ</b> ), Roladka z kurczaka z warzywami 120g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z sałaty z jogurtem 100g ( <b>MLE</b> ), Kompot 200ml, Sos jarzynowy 60g ( <b>SEL</b> ),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g ( <b>JAJ, SEL</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <b>MLE</b> ), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1971.06 kcal; Białko ogółem: 117.70 g; Węglowodany ogółem: 237.77 g; suma cukrów prostych: 49.32 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.98 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g;		
<b>wtorek 2024-11-12</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Pieczony omelet ze szpinakiem i cukinią 100g ( <b>JAJ, MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), papryka 40g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt z pomarańczą 180g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa ogórkowa 300g ( <b>MLE, SEL</b> ), Roladka z kurczaka z warzywami 120g ( <b>SEL</b> ), Kasza pęczak 160g ( <b>GLU</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g ( <b>SEL</b> ),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g ( <b>JAJ, SEL</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <b>MLE</b> ), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2257.22 kcal; Białko ogółem: 126.38 g; Węglowodany ogółem: 276.89 g; suma cukrów prostych: 37.87 g; Tłuszcz: 81.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-11-14</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <i>GLU</i> ), Masło 10g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200ml, <b>II Śniadanie:</b> Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g ( <i>GLU, MLE</i> ),	Zupa brokułowa 300g ( <i>MLE, SEL</i> ), Gulasz drobiowy 220g ( <i>SEL</i> ), Kasza bulgur 160g ( <i>GLU</i> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <i>SEZ</i> ), Kompot bez cukru 200ml,	Naleśnik gryczany z serem 1szt ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Jajko gotowane na twardo 0.5szt ( <i>JAJ</i> ), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g ( <i>MLE</i> ), Chleb razowy 140g ( <i>GLU</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2165.26 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Węglowodany ogółem: 288.00 g; suma cukrów prostych: 46.95 g; Tłuszcz: 74.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.78 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 43.62 g;		
<b>czwartek 2024-11-14</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA</b>		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <i>GLU</i> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <i>MLE</i> ),	Zupa brokułowa 300g ( <i>MLE, SEL</i> ), Pieczeń mięsna w sosie chrzanowym 140g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <i>SEZ</i> ), Kompot 200ml, Kasza bulgur 160g ( <i>GLU</i> ),	Naleśnik z serem 1szt ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), Jajko gotowane na twardo 0.5szt ( <i>JAJ</i> ), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Masło 10g ( <i>MLE</i> ), Pieczywo mieszane 130g ( <i>GLU</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2241.35 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.46 g; Sól: 6.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;		
<b>piątek 2024-11-15</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g ( <i>JAJ, MLE</i> ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Masło 10g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <i>GLU</i> ),	Barszcz czerwony zabieleny 300g ( <i>MLE</i> ), Lekkostrawna ryba po grecku 120g ( <i>RYB, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z selera, marchwi i brzoskwini 100g ( <i>MLE, SEL</i> ),	Pasta warzywna 55g ( <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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1799.70 kcal; Białko ogółem: 88.46 g; Węglowodany ogółem: 234.36 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.87 g; Sól: 5.40 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;		
<b>piątek 2024-11-15</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), papryka 30g, Ogórek kiszony 30g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g ( <i>GLU</i> ), Masło 10g ( <i>MLE</i> ), Herbata 200ml, jogurt 100 1szt ( <i>MLE</i> ), <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g,	Rosół z makaronem razowym 300g ( <i>GLU, SEL</i> ), Lekkostrawna ryba po grecku 120g ( <i>RYB, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 160g, Surówka z kapusty kiszonej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Pasta warzywna 55g ( <i>SEL</i> ), Ser żółty 30g ( <i>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,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 1955.74 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Węglowodany ogółem: 235.55 g; suma cukrów prostych: 26.03 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; Sól: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 39.05 g;		
<b>piątek 2024-11-15</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA</b>		
Płatki owsiane na mleku 300g ( <i>GLU, MLE</i> ), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g ( <i>JAJ, MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), papryka 30g, Ogórek kiszony 30g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <i>GLU</i> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <i>MLE</i> ),	Rosół z makaronem 300g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Ryba na szpinaku 100g ( <i>GLU, JAJ, RYB</i> ), Ziemniaki gotowane 160g, Surówka z kapusty kiszonej 100g,	Pasta warzywna 55g ( <i>SEL</i> ), Ser żółty 30g ( <i>MLE</i> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ), pomidor 60g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <i>GLU</i> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2081.48 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Węglowodany ogółem: 256.64 g; suma cukrów prostych: 24.04 g; Tłuszcz: 79.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.68 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-11-16</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Pieczone omlet z warzywami 100g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),	Zupa krem z marchwi 300g, Pulpety drobiowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kasza kuskus 160g ( <b>GLU</b> ), Buraczki puree 120g, Kompot 200ml, sos pomidorowy 50g ( <b>MLE</b> ),	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g ( <b>GLU</b> ), Herbata 200ml, Plastry pieczonych warzyw 80g ( <b>SEL</b> ), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Ser biały 60g ( <b>MLE</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2085.52 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Węglowodany ogółem: 279.06 g; suma cukrów prostych: 49.95 g; Tłuszcz: 66.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.84 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;		
<b>sobota 2024-11-16</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Pieczone omlet z warzywami 100g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), papryka 40g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, <b>II Śniadanie:</b> Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa kapuśniak 300g ( <b>SEL</b> ), Pulpety drobiowe 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kasza gryczana 160g, Surówka z ogórków kiszonych 100g ( <b>GOR</b> ), Kompot bez cukru 200ml, sos pomidorowy 50g ( <b>MLE</b> ),	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110g ( <b>GLU</b> ), sałata karbowana 10g, wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), pomidor 80g, Herbata 200ml, Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2153.69 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Węglowodany ogółem: 234.67 g; suma cukrów prostych: 22.09 g; Tłuszcz: 95.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;		
<b>sobota 2024-11-16</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA</b>		
Pieczone omlet z warzywami 100g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), papryka 40g, Ogórek kiszony 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <b>MLE</b> ),	Zupa kapuśniak 300g ( <b>SEL</b> ), Eskalopki schabowe w sosie sliwkowym 120g ( <b>MLE</b> ), Surówka z ogórków kiszonych 100g ( <b>GOR</b> ), Kompot 200ml, Kasza gryczana 160g, Kasza gryczana 160g,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g ( <b>GLU</b> ), Ser żółty 30g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), pomidor 80g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2443.73 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Węglowodany ogółem: 327.20 g; suma cukrów prostych: 36.29 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; Sól: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g;		
<b>niedziela 2024-11-17</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>		
Makaron na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <b>MLE</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Plastry pieczonych warzyw 80g ( <b>SEL</b> ), sałata 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),	Krupnik 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g ( <b>SEL</b> ), Sos jarzynowy 60g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z sałaty z jogurtem 100g ( <b>MLE</b> ), Kompot 200ml,	Paszтет 55g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jajko gotowane na twardo 0.5szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g ( <b>GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2026.02 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Węglowodany ogółem: 262.24 g; suma cukrów prostych: 44.41 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.83 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g;		
<b>niedziela 2024-11-17</b>		
<b>Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
jogurt 100 1szt ( <b>MLE</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g ( <b>MLE</b> ),	Zupa jarzynowa z natką wege 300g ( <b>SEL</b> ), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g ( <b>SEL</b> ), Sos jarzynowy 60g ( <b>SEL</b> ), Ryż brązowy 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Paszтет 55g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jajko gotowane na twardo 0.5szt ( <b>JAJ</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), pomidor 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g ( <b>GLU</b> ), Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata 200ml, Ogórek kiszony 40g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2051.55 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Węglowodany ogółem: 265.35 g; suma cukrów prostych: 39.63 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.82 g; Sól: 6.48 g; Błonnik pokarmowy: 43.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-11-17		Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA
Makaron na mleku 300g ( <b>GLU, MLE</b> ), Pasta z twarogu z koperkiem 55g ( <b>MLE</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <b>MLE</b> ),	Krupnik 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Palki z kurczaka w pomarańczy 150g ( <b>MLE</b> ), Ryż 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml,	Paszтет 55g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jajko gotowane na twardo 0.5szt ( <b>JAJ</b> ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), pomidor 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g ( <b>GLU</b> ), Herbata 200ml, Masło 10g ( <b>MLE</b> ), Ogórek kiszony 40g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna[kcal]: 2252.01 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; suma cukrów prostych: 41.03 g; Tłuszcz: 75.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; Sól: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g;		