

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-19		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna 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 , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Zupa krem z marchwi z grzankami 300g (GLU, MLE), Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 120g (GLU, MLE), Ziemniaki gotowane 160g , Mizeria 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (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]: 1861.65 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 301.62 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Tłuszcz: 39.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.82 g; Sól: 6.76 g; Błonnik pokarmowy: 32.46 g;		
poniedziałek 2024-08-19		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (GLU, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 80g , sałata karbowana 10g , Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), Ryż 160g , Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml , sos pomidorowy 50g (MLE),	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , bułka wrocławska 80g (GLU), Herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1871.74 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Węglowodany ogółem: 285.68 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.61 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g;		
poniedziałek 2024-08-19		
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 karbowana 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Pulpet wp 100g (GLU, JAJ), Kasza gryczana 160g , Mizeria 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml , sos pomidorowy 50g (MLE),	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (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]: 1995.67 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; suma cukrów prostych: 44.83 g; Tłuszcz: 45.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.06 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g;		
wtorek 2024-08-20		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 30g , Ogórek plastry 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Zupa barszcz czerwony zabelany 300g (MLE, SEL), Lazania z mięsem 300g (GLU, MLE), Kompot 200ml , surówka z marchwi z chrzanem 100g (JAJ, GOR),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), 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]: 2068.48 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; suma cukrów prostych: 38.15 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.89 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g;		
wtorek 2024-08-20		
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 krem z białych warzyw 300g (SEL), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos jarzynowy 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g , surówka z sałaty z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, 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]: 1975.55 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Węglowodany ogółem: 239.52 g; suma cukrów prostych: 47.42 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.27 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-20		
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), Rzodkiewka 30g, Ogórek plastry 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 krem z białych warzyw 300g (SEL), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos jarzynowy 60g (SEL), Kompot bez cukru 200ml, surówka z marchwi z chrzanem 100g (JAJ, GOR),	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, 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]: 2763.62 kcal; Białko ogółem: 133.23 g; Węglowodany ogółem: 320.51 g; suma cukrów prostych: 31.65 g; Tłuszcz: 116.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.31 g; Sól: 8.47 g; Błonnik pokarmowy: 49.31 g;		
środa 2024-08-21		
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 z soczewicy 300g (SEL), pierogi ruskie 5szt (GLU, JAJ, MLE), pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (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]: 1985.85 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Węglowodany ogółem: 271.97 g; suma cukrów prostych: 39.35 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.82 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;		
środa 2024-08-21		
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),	Barszcz czerwony lekkostrawny 300g (SOJ), Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 270g (GLU, MLE), Marchewka mini gotowana 100g, Kompot 200ml, sos jogurtowy z koperkiem 60g (MLE),	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), 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]: 2079.34 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Węglowodany ogółem: 285.40 g; suma cukrów prostych: 65.22 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;		
środa 2024-08-21		
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, Rukola 5g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa z soczewicy 300g (SEL), Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300g (MLE), pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 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]: 1994.80 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; suma cukrów prostych: 36.28 g; Tłuszcz: 65.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.95 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 44.41 g;		
czwartek 2024-08-22		
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 brokułowa 300g (MLE, SEL), Gulasz wp z marchewką i pieczarką 220g (MLE, SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Ogórki małosolne 100g (GOR), Kompot 200ml,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), sałata karbowana 10g, pomidor 60g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2143.31 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Węglowodany ogółem: 278.21 g; suma cukrów prostych: 45.81 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.13 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-22		
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 krem z cukinii 300g (SEL), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (GLU, JAJ, MLE), 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]: 2004.16 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Węglowodany ogółem: 273.70 g; suma cukrów prostych: 61.08 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g;		
czwartek 2024-08-22		
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 brokułowa 300g (MLE, SEL), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (GLU, JAJ), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Ogórki małosolne 100g (GOR), Kompot bez cukru 200ml ,	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (JAJ, MLE), pomidor 80g , Herbata 200ml , sałata karbowana 10g , Masło 10g (MLE), Chleb razowy 140g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.57 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Węglowodany ogółem: 285.84 g; suma cukrów prostych: 35.27 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.29 g; Sól: 7.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g;		
piątek 2024-08-23		
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 karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml , Masło 10g (MLE),	Żurek z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Ryba w panierce 100g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki gotowane 160g , Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot 200ml ,	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]: 2035.03 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 276.33 g; suma cukrów prostych: 36.01 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.33 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
piątek 2024-08-23		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka 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), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Pasta warzywna 55g (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]: 1868.39 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 259.69 g; suma cukrów prostych: 71.82 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.03 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;		
piątek 2024-08-23		
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: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (GLU, MLE),	Żurek z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g , Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Pasta warzywna 55g (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]: 1910.30 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Węglowodany ogółem: 256.60 g; suma cukrów prostych: 31.12 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.13 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 38.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-24		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), 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 minestrone 300g (SEL), Bitka wp po staropolsku 120g (GLU), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot 200ml ,	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (GLU, MLE), 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]: 2249.74 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Węglowodany ogółem: 280.74 g; suma cukrów prostych: 42.91 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.91 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;		
sobota 2024-08-24		
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 marchwi 300g , Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza jagłana 160g , Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Makaron z serem i jabłkiem prażonym 110g (GLU, MLE), 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]: 1864.40 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Węglowodany ogółem: 249.89 g; suma cukrów prostych: 46.09 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.36 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;		
sobota 2024-08-24		
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 plastry 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa minestrone 300g (SEL), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEZ), Kompot bez cukru 200ml ,	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110g (GLU, MLE), 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]: 2075.17 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Węglowodany ogółem: 292.44 g; suma cukrów prostych: 43.05 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.22 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 49.78 g;		
niedziela 2024-08-25		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane 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),	Rośół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Pieczeń drobiowa w sosie szpinakowym 140g (GLU, JAJ, MLE), Ryż 160g , surówka z pomidora i sałaty 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), Ser żółty 30g (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]: 2389.91 kcal; Białko ogółem: 109.50 g; Węglowodany ogółem: 302.12 g; suma cukrów prostych: 37.78 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;		
niedziela 2024-08-25		
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), Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE),	Rośół z makaronem 300g (GLU, JAJ, SEL), Palki z kurczaka pieczone 150g , Ziemniaki gotowane 160g , Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml , Sos koperkowy 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]: 2272.53 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Węglowodany ogółem: 247.78 g; suma cukrów prostych: 47.67 g; Tłuszcz: 96.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; Sól: 5.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-25		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),	Rosół z makaronem razowym 300g (GLU, SEL), Pałki z kurczaka pieczone 150g, Ryż brązowy 160g, Sos koperkowy 60g (SEL), surówka z pomidora i sałaty 100g (MLE), 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]: 2414.48 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Węglowodany ogółem: 280.83 g; suma cukrów prostych: 23.90 g; Tłuszcz: 101.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; Sól: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.71 g;		