

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-26		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna 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 kalafiorowa 300g (MLE), Kotlecik drobiowy ze szpinakiem 100g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki gotowane 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 30g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.89 kcal; Białko ogółem: 101.54 g; Węglowodany ogółem: 261.30 g; suma cukrów prostych: 43.45 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g;		
poniedziałek 2024-08-26		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna 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),	Barszcz czerwony lekkostrawny 300g (SOJ), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron spaghetti 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Ser biały 60g (MLE), szynka drobiowa 2 30g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.30 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; suma cukrów prostych: 66.36 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.14 g; Sól: 5.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;		
poniedziałek 2024-08-26		
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: Salatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g,	Zupa kalafiorowa 300g (MLE), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron razowy 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (JAJ, MLE, SEL), Ser żółty 30g (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]: 2216.28 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Węglowodany ogółem: 286.50 g; suma cukrów prostych: 39.52 g; Tłuszcz: 82.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.54 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g;		
wtorek 2024-08-27		
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 kapuśniak 300g (SEL), Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Mizeria 100g (MLE), Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), pomidor 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2223.16 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Węglowodany ogółem: 269.19 g; suma cukrów prostych: 38.69 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.07 g; Sól: 5.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.42 g;		
wtorek 2024-08-27		
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),	Zupa krem z cukinii 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (MLE), Kompot 200ml,	Ryż zapiekany z jabłkiem 110g, Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1775.13 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Węglowodany ogółem: 213.92 g; suma cukrów prostych: 48.05 g; Tłuszcz: 60.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.14 g; Sól: 4.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-27		
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 kapuśniak 300g (SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Mizeria 100g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Kompot bez cukru 200ml, Sos jarzynowy 60g (SEL),	Ryż brązowy ze startym jabłkiem, cynamonem i jogurtem 110g (MLE), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (MLE), pomidor 60g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.67 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Węglowodany ogółem: 277.65 g; suma cukrów prostych: 42.00 g; Tłuszcz: 67.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.30 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 44.94 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa krem z cukinii z grzankami 300g (GLU, MLE, SEL), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), surówka z pomidora i sałaty 100g (MLE), Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, JAJ, 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]: 1981.97 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Węglowodany ogółem: 277.83 g; suma cukrów prostych: 38.90 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.05 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Płatki owsiane na mleku 300g (GLU, MLE), 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), Pierogi z serem polane jogurtem 5szt (GLU, JAJ, MLE), Brzoskwinia 40g, Kompot 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, JAJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.48 kcal; Białko ogółem: 99.81 g; Węglowodany ogółem: 275.93 g; suma cukrów prostych: 87.24 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.03 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 17.46 g;		
środa 2024-08-28		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (MLE, SEL), Pęczak z zielonymi warzywami 300g (GLU, MLE), surówka z pomidora i sałaty 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml,	Jajko gotowane na twardo 0.5szt (JAJ), Paszтет 55g (GLU, 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]: 1976.23 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Węglowodany ogółem: 232.96 g; suma cukrów prostych: 36.88 g; Tłuszcz: 81.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; Sól: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g;		
czwartek 2024-08-29		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
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),	Krupnik 300g (GLU, SEL), Pierś kurczaka w sosie porowym 100g (MLE), Ryż 160g, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot 200ml,	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, 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]: 2048.02 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Węglowodany ogółem: 293.55 g; suma cukrów prostych: 48.30 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.80 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-29 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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), Udko z kurczaka pieczone 150g, Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 150g, Kompot 200ml, Sos koperkowy 60g (SEL),	Leniwe z cukrem 110g (GLU, JAJ, 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]: 2151.05 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Węglowodany ogółem: 264.59 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.26 g; Sól: 4.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g;		
czwartek 2024-08-29 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
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: Kanapki z pieczywa razowego z serem żółtym 200g (GLU, MLE),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g, Ryż brązowy 160g, surówka z białej rzepy 100g (JAJ, GOR), Kompot bez cukru 200ml, Sos koperkowy 60g (SEL),	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, 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]: 2488.70 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Węglowodany ogółem: 307.64 g; suma cukrów prostych: 36.14 g; Tłuszcz: 102.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 48.61 g;		
piątek 2024-08-30 Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Makaron na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa ogórkowa 300g (MLE, SEL), Ryba po grecku 120g (JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki gotowane 160g, 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 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.87 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Węglowodany ogółem: 263.51 g; suma cukrów prostych: 31.54 g; Tłuszcz: 84.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.55 g; Sól: 7.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		
piątek 2024-08-30 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Makaron na mleku 300g (GLU, MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 80g, sałata 10g, Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Pulpet z ryby 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z sałaty 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]: 2071.37 kcal; Białko ogółem: 99.55 g; Węglowodany ogółem: 267.54 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.33 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.00 g;		
piątek 2024-08-30 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (MLE), Jajko gotowane na twardo 1szt (JAJ), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, 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), Pulpet z ryby 100g (GLU, JAJ, SEL), Ziemniaki gotowane 160g, 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]: 2088.89 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Węglowodany ogółem: 259.56 g; suma cukrów prostych: 29.25 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.72 g; Sól: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 40.70 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-31		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Masło 10g (MLE),	Zupa z ciecierzycy 300g (SEL), Schab w sosie pieczarkowym 120g (MLE), Kasza gryczana 160g, pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot 200ml,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 2145.99 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Węglowodany ogółem: 268.87 g; suma cukrów prostych: 40.37 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.45 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 37.05 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlęt 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 krem z marchwi 300g, Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza jęczmienna 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Sałatka makaronowa z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 1952.67 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Węglowodany ogółem: 249.93 g; suma cukrów prostych: 41.60 g; Tłuszcz: 61.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.82 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.14 g;		
sobota 2024-08-31		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczony omlęt ze szpinakiem i cukinią 100g (JAJ, MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 30g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml, II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (GLU, MLE),	Zupa z ciecierzycy 300g (SEL), Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (SEL), Kasza gryczana 160g, pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml,	Sałatka z makaronu razowego z natką pietruszki i szynką 110g (GLU), 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]: 2115.56 kcal; Białko ogółem: 119.60 g; Węglowodany ogółem: 282.67 g; suma cukrów prostych: 38.37 g; Tłuszcz: 66.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; Sól: 5.96 g; Błonnik pokarmowy: 48.80 g;		
niedziela 2024-09-01		
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),	Zupa szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Potrawka drobiowa 220g (MLE), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 2010.90 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Węglowodany ogółem: 293.93 g; suma cukrów prostych: 47.39 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; Sól: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g;		
niedziela 2024-09-01		
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),	Zupa grysikowa 300g (GLU, SEL), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g, Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g, Kompot 200ml,	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 1972.92 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Węglowodany ogółem: 253.06 g; suma cukrów prostych: 47.74 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.02 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-01		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 szczawiowa z jajkiem 300g (JAJ, MLE, SEL), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (SEL), Sos koperkowy na mleku roślinnym 60g (SEL), Kasza bulgur 160g (GLU), Surówka z białej kapusty 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 2027.68 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Węglowodany ogółem: 266.69 g; suma cukrów prostych: 27.64 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 40.71 g;		