

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-09-23		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Kasza manna 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 plastry 30g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Masło 10g (<i>MLE</i>),	Zupa kalafiorowa 300g (<i>MLE</i>), Kotlet pożarski 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml,	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1917.89 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Węglowodany ogółem: 277.28 g; suma cukrów prostych: 50.23 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.27 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;		
poniedziałek 2024-09-23		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Kasza manna na mleku 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 80g, sałata karbowana 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z marchwi 300g, Pulpet wp 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza jęczmienna 160g (<i>GLU</i>), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml, sos pomidorowy 50g (<i>MLE</i>),	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1851.12 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Węglowodany ogółem: 247.70 g; suma cukrów prostych: 44.24 g; Tłuszcz: 52.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.16 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.00 g;		
poniedziałek 2024-09-23		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
jogurt 100 1szt (<i>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 plastry 30g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa kalafiorowa 300g (<i>MLE</i>), Pulpet wp 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza gryczana 160g, Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml, sos pomidorowy 50g (<i>MLE</i>),	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2021.26 kcal; Białko ogółem: 121.12 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; suma cukrów prostych: 42.31 g; Tłuszcz: 54.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.56 g;		
wtorek 2024-09-24		
Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Rzodkiewka 30g, Ogórek plastry 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Masło 10g (<i>MLE</i>),	Zupa krem z cukinii z grzankami 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pierś kurczaka w sosie porowym 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml, surówka z pomidora i sałaty 100g (<i>MLE</i>), Kasza bulgur 160g (<i>GLU</i>),	Leniwe z cukrem 110g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pasztet 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), pomidor 80g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Masło 10g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.13 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Węglowodany ogółem: 273.73 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Tłuszcz: 71.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;		
wtorek 2024-09-24		
Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 80g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabelana 300g (<i>MLE, SEL</i>), Pałki z kurczaka pieczone 150g, Sos jarzynowy 60g (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g, surówka z sałaty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml,	Leniwe z cukrem 110g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pasztet 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.51 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Węglowodany ogółem: 231.95 g; suma cukrów prostych: 53.95 g; Tłuszcz: 90.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.29 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.92 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-09-24		
Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Pieczone 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 żółtym 200g (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300g (MLE, SEL), Pałki z kurczaka pieczone 150g , Kasza bulgur 160g (GLU), Pałki z kurczaka pieczone 150g , Sos jarzynowy 60g (SEL), Kompot bez cukru 200ml , surówka z pomidora i sałaty 100g (MLE),	Naleśnik gryczany z serem 1szt (JAJ, MLE), 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]: 2864.05 kcal; Białko ogółem: 135.70 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; suma cukrów prostych: 38.35 g; Tłuszcz: 128.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.70 g; Sól: 8.60 g; Błonnik pokarmowy: 46.43 g;		
środa 2024-09-25		
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 ciecierzycy 300g (SEL), pierogi ruskie 5szt (GLU, JAJ, MLE), Mizeria 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 1847.03 kcal; Białko ogółem: 83.03 g; Węglowodany ogółem: 277.66 g; suma cukrów prostych: 41.45 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.44 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;		
środa 2024-09-25		
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),	Zupa krem z białych warzyw 300g (SEL), Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 270g (GLU, MLE), Marchewka mini gotowana 100g , Kompot 200ml , sos jogurtowy z koperkiem 60g (MLE),	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 1905.09 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Węglowodany ogółem: 280.33 g; suma cukrów prostych: 50.82 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.20 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;		
środa 2024-09-25		
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 , Rukola 5g , Chleb razowy 140g (GLU), Masło 10g (MLE), Herbata 200ml , II Śniadanie: Jabłko z jogurtem i cynamonem 180g (MLE),	Zupa z ciecierzycy 300g (SEL), Risotto z brązowego ryżu wegetariańskie 300g (MLE), Mizeria 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml ,	Pasta warzywna z cukinią 80g (SEL), 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]: 1855.98 kcal; Białko ogółem: 82.67 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; suma cukrów prostych: 38.38 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.57 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 46.89 g;		
czwartek 2024-09-26		
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 szpinakowa 300g (MLE, SEL), Gulasz wp z marchewką i pieczarką 220g (MLE, SEL), Kasza pęczak 160g (GLU), Ogórki małosolne 100g (GOR), Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (JAJ, SEL), 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]: 1941.90 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Węglowodany ogółem: 246.01 g; suma cukrów prostych: 33.34 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.82 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.24 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-09-26 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
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>),	Barszcz czerwony lekkostrawny 300g (<i>SOJ</i>), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (<i>SEL</i>), Kasza jaglana 160g , Cukinia pieczona 100g , Kompot 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (<i>JAJ, SEL</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), sałata karbowana 10g , Pomidor sparzony 60g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1870.50 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Węglowodany ogółem: 243.39 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Tłuszcz: 55.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.36 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g;		
czwartek 2024-09-26 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml , II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,	Zupa szpinakowa 300g (<i>MLE, SEL</i>), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pietruszkowy na mleku roślinnym 60g (<i>SEL</i>), Kasza pęczak 160g (<i>GLU</i>), Ogórki małosolne 100g (<i>GOR</i>), Kompot bez cukru 200ml ,	Galeretka warzywna z kurczakiem 140g (<i>JAJ, SEL</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), pomidor 80g , Herbata 200ml , sałata karbowana 10g , Masło 10g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1997.16 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Węglowodany ogółem: 253.54 g; suma cukrów prostych: 22.85 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.91 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 40.10 g;		
piątek 2024-09-27 Dieta: NFZ DIETA PODSTAWOWA		
Zacierka na mleku 300g (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Masło 10g (<i>MLE</i>),	Zupa neapolitanka z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryba w cieście naleśnikowym 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki gotowane 160g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</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>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2063.69 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Węglowodany ogółem: 275.14 g; suma cukrów prostych: 36.50 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.87 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;		
piątek 2024-09-27 Dieta: NFZ DIETA ŁATWOSTRAWNA		
Zacierka na mleku 300g (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z cukinii 300g (<i>SEL</i>), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</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>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1747.59 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 240.38 g; suma cukrów prostych: 51.14 g; Tłuszcz: 54.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.61 g; Sól: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.93 g;		
piątek 2024-09-27 Dieta: NFZ DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek plastry 30g , sałata karbowana 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Herbata 200ml , jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180g (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z cukinii 300g (<i>SEL</i>), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki gotowane 160g , Surówka z kapusty kiszzonej 100g , Kompot bez cukru 200ml ,	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</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 ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1821.05 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Węglowodany ogółem: 246.31 g; suma cukrów prostych: 34.89 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.36 g; Sól: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-09-28		
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 pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Bitka wp po staropolsku 120g (GLU), Kasza gryczana 160g , Surówka z białej kapusty 100g , 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]: 2296.05 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Węglowodany ogółem: 298.10 g; suma cukrów prostych: 48.38 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;		
sobota 2024-09-28		
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 pomidorowa z ryżem 300g (SOJ), Potrawka drobiowa 220g (MLE), Kasza kuskus 160g (GLU), Buraczki puree 150g , 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]: 2119.78 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Węglowodany ogółem: 284.60 g; suma cukrów prostych: 67.22 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.06 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.67 g;		
sobota 2024-09-28		
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 pomidorowa z ryżem brązowym 300g (MLE), Potrawka drobiowa 220g (MLE), Kasza gryczana 160g , Surówka z białej kapusty 100g , 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]: 2149.47 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; suma cukrów prostych: 39.62 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.67 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 44.12 g;		
niedziela 2024-09-29		
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), Pulpet dr w sosie śmietanowo-koperkowym 120g (GLU, JAJ, MLE), Ryż 160g , pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot 200ml ,	Pasta warzywna 80g (SEL), 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]: 2149.25 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Węglowodany ogółem: 298.92 g; suma cukrów prostych: 39.29 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.83 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;		
niedziela 2024-09-29		
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), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Ziemniaki gotowane 160g , Marchewka w kostce gotowana 100g , Kompot 200ml , Sos koperkowy 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]: 2096.64 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Węglowodany ogółem: 256.39 g; suma cukrów prostych: 51.30 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.84 g; Sól: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-09-29		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 białym 200g (GLU, MLE),	Rosół z makaronem razowym 300g (GLU, SEL), Roladka ze schabu z włoszczyzną 120g (SEL), Ryż brązowy 160g, Sos koperkowy 60g (SEL), pomidor z cebulą dymką 100g (MLE), Kompot bez cukru 200ml,	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]: 2236.52 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; suma cukrów prostych: 27.28 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.95 g; Sól: 8.07 g; Błonnik pokarmowy: 47.34 g;		