

JADŁOSPIS

26.02-3.03.2024 r. Szpital

DATA	ŚNIADANIE	A	II ŚNIA DANIE	A	OBIAD	A	PODWIE CZOREK	A	KOLACJA	A
Poniedziałek	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Paszтет drobiowy-50g Serek twarogowy- 50g Ogórek Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 0 7 7 1	C: jogurt naturalny D: jogurt owocowy K: jogurt owocowy, Sok owocowy	7 7 7	Dieta podstawowa: Zupa krupnik 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, kasza jęczmienna, ziemniaki, sól) Łazanki 300g (makaron pszenny, kapusta kiszona, łopatka, majeranek, pieprz czarny, marchew, Pietruszka ,sól, olej) Woda z sokiem	1,9 1,3	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlna drobiowa) D: sok owocowy K: kanapka żytnia, owoc	1,6,7, 9,10 1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlna wieprzowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta cukrzycowa: Wędlna wieprzowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta lekkostrawna: Wędlna drobiowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor bez skórki Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0 7 7 1 6,7,9,1 0 7 7 1 6,7,9,1 7 7 1
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Paszтет drobiowy-50g Serek twarogowy - 50g Ogórek Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 7 7 1		Dieta cukrzycowa: Zupa krupnik 350ml Łazanki 300g (makaron razowy, kapusta kiszona, łopatka, majeranek, pieprz czarny, marchew, Pietruszka ,sól, olej) Woda z sokiem	1,9 1,3					
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Paszтет drobiowy-50g Serek twarogowy- 50g Pomidor bez skórki Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 7 7 1		Dieta lekkostrawna: Zupa krupnik-350ml Makaron z twarogiem 300g (makaron pszenny, twaróg, masło, sól) Woda z sokiem	1,3 1,7					

Wtorek	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z makaronem- 250ml Pieczeń wieprzowa- 50g Pasta z twarogu 60g (twaróg, papryka, śmietana, sól) Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 0 7 7 1	7	Dieta podstawowa: Zupa barszcz czerwony 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, ziemniaki, koperek zielony, buraki, sól) Pałki pieczone 150g (pałki z kurczaka, przyprawa do kurczaka, sól) Ziemniaki gotowane 200g Surówka wielowarzywna 100g (Biała kapusta, ogórek, kukurydza, cebula, rzodkiewka, sól, pieprz czarny, oliwa z oliwek) Woda z sokiem	7,9	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlina drobiowa) D: jogurt owocowy K: kanapki żytnie, owoc	1,6,7, 9,10 7 1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlina drobiowa- 50g Twaróg-50g Liść sałaty Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta cukrzycowa: Wędlina drobiowa- 50g Twaróg-50g Liść sałaty Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta lekkostrawna: Wędlina drobiowa- 50g Twaróg-50g Liść sałaty Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,10 7 7 1 6,7,9,10 7 7 1
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z makaronem- 250ml Pieczeń wieprzowa- 50g Pasta z twarogu 60g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 0 7 7 1		Dieta cukrzycowa: Zupa barszcz czerwony -350ml Pałki pieczone-150g Ziemniaki gotowane-200g Surówka wielowarzywna-100g Woda z sokiem	7,9				
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z makaronem- 250ml Pieczeń wieprzowa- 50g Serek twarogowy- 50g Pomidor bez skórki Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,1 0 7 7 1		Dieta lekkostrawna: Zupa barszcz czerwony -350ml Pałki gotowane -150g (pałka, sól) Ziemniaki gotowane-200g Warzywa gotowane-100g (marchewka, sól) Woda z sokiem	7,9				

Środa	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml 1,7 Paszтет wieprzowy- 50g 7,6,9,1 Jajko gotowane 50 g 0 Pomidor 7 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml	C: owoc D: sok owocowy K: jogurt owocowy, owoc	7	Dieta podstawowa: Zupa jarzynowa 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, fasolka szparagowa, kapusta Biała, groszek, śmietana, sól, pieprz, ziemniak	7,9	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlna drobiowa) D: owoc K: kanapka żytnia, Jogurt naturalny	1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlna wieprzowa- 50g 6,7,9,1 Ser żółty 50g 0 Rzodkiewka 3 Masło- 15g 3 Pieczywo mieszane- 80g 7 Herbata- 250ml 1
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml 1,7 Paszтет wieprzowy- 50g 7,6,9,1 Jajko gotowane 50 0 Pomidor 7 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml		7	Kotlet mielony 100 Sos 30 (mięso z łopatki wieprzowej, bułka tarta, olej, Jajko, sól, pieprz, majeranek, czosnek, Cebula) 1,9 Kasza jęczmienna 200 1 Surówka z marchewki 100 7 (marchewka, jabłko, śmietana, sól) Woda z sokiem	7		1,6,7, 9,10 7	Dieta cukrzycowa: Wędlna wieprzowa- 50g 6,7,9,1 Ser żółty 50g 0 Rzodkiewka 3 Masło- 15g 3 Pieczywo mieszane- 80g 7 Herbata- 250ml 1
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml 1,7 Paszтет drobiowy-50g 7,6,9,1 Serek twarogowy- 50g 0 Pomidor bez skórki 7 Masło- 15g 7 Pieczywo mieszane- 80g 1 Herbata- 250ml		7	Dieta lekkostrawna: Zupa jarzynowa-350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, brokuł, kalafior, sól, ziemniaki) 1,9 Pulpety w sosie koperkowym 100/30 1 Kasza jęczmienna 200 7 Surówka z marchewki 100 Woda z sokiem	7,9		7	Dieta lekkostrawna: Wędlna drobiowa- 50g 6,7,9,1 Serek kanapkowy- 50g 7 Pomidor bez skórki 7 Masło- 15g 1 Pieczywo mieszane- 80g 7 Herbata- 250ml

Piątek	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z kaszą manną 250ml	1,7	C: jogurt Naturalny	7	Dieta podstawowa: Zupa grochowa 350ml (wywar mięsno-warzywny:	1,9	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlna drobiowa)	1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlna drobiowa- 50g	6,7,9,1 0
	Pasta rybna 60 (ryba, ogórek kiszony, cebulka, majonez)	6,7,9,1 0	D: sok	7	Porcje rosółowe, kości wędzone, marchew, por, seler, natka pietruszki, groch, ziemniaki, kiełbasa, majeranek, sól, pieprz)		D: owoc	1,6,7, 9,10	Serek puszysty-50g Liść sałaty	7
	Serek kanapkowy- 50g	7 1	K: jogurt Naturalny, owoc	7	Makaron z twarogiem 300 (makaron, twaróg, jogurt, cukier)	1,3	K: kanapka żytnia, owoc		Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	7 1
	Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml				Woda z sokiem				Dieta cukrzycowa: Wędlna drobiowa- 50g	6,7,9,1 0
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z kaszą manną 250ml	1,7 6,7,9,1 0			Dieta cukrzycowa: Zupa brokułowa 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, natka pietruszki, ziemniaki, brokuł, sól)	1,9			Serek puszysty-50g Liść sałaty	7
	Pasta rybna 60 g	7			Makaron z twarogiem 300 (makaron razowy, twaróg, jogurt)	1,3			Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	7 1
	Serek kanapkowy50g	7			Woda z sokiem				Dieta lekkostrawna: Wędlna drobiowa- 50g	6,7,9,1 0
	Rzodkiewka	7							Serek puszysty-50g Liść sałaty	7
	Masło- 15g	1			Dieta lekkostrawna: Zupa brokułowa 350ml	1,9			Masło- 15g	7
	Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml				Makaron z twarogiem 300 (makaron, twaróg, jogurt, cukier)	1,3			Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1

Sobota	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml	1,7	C: owoc D: owoc K: owoc, sok owocowy	Dieta podstawowa: Zupa rosół z makaronem 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, makaron pszenny, sól) Stek z cebulką 100g (łopatka, jaja, bułka tarta, mąka pszenna, sól, pieprz czarny, olej, cebula) Ziemniaki gotowane 200g Buraczki gotowane 100g (buraki, sól, olej) Woda z sokiem	1,7,9	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlina drobiowa) D: jogurt owocowy K: jogurt naturalny, owoc	1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlina wieprzowa- 50g Serek trójkąt-15g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0, 7 7 1
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml	1,7		Dieta cukrzycowa: Zupa rosół z makaronem - 350ml Stek gotowany -100g (łopatka, jaja, mąka pszenna, Sól) Ziemniaki gotowane 200g Brokuł gotowany 100g Woda z sokiem	1,7,9 1,9		Dieta cukrzycowa: Wędlina wieprzowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0 7 7 1	
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml	1,7		Dieta lekkostrawna: Zupa rosół z makaronem - 350ml Stek gotowany -100g Ziemniaki gotowane-200g Buraczki gotowane-100g Woda z sokiem	1,7,9 1,9		Dieta lekkostrawna: Wędlina drobiowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor bez skórki Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250m	6,7,9,1 0 7 7 1	
	Parówka z wody-90- 100g/ ketchup	6,7,9,1 0							
	Serek twarogowy- 50g	7							
	Liść sałaty								
	Masło- 15g	7							
	Pieczywo mieszane- 80g	1							
	Herbata- 250ml								

Niedziela	Dieta podstawowa: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Wędlina drobiowa- 50g Twaróg 50 g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,10 7 7 1	C: jogurt Naturalny D: jogurt owocowy, owoc. K: owoc, Jogurt Naturalny	7 7 7	Dieta podstawowa: Zupa kalafiorowa 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, kalafior, ziemniaki, sól) Pulpet w sosie warzywnym 150g (Łopatka, jaja, mąka pszenna, sól, pieprz czarny, majeranek, cukinia, marchew, pietruszką, cebula, groszek, kukurydza) Kasza gryczana 200g Woda z sokiem	1,3,7, 9 1 7	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlina drobiowa) D: sok owocowy K: kanapka żytnia, Sok owocowy	1,6,7, 9,10 1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlina wieprzowa- 50g Pasta jajeczna-50g (jajko, majonez, szczypiorek) Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0 3 7 1
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Wędlina drobiowa- 50g Twaróg 50g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,10 7 7 1		Dieta cukrzycowa: Zupa kalafiorowa 350ml Pulpet w sosie warzywnym lekki 150g (Łopatka, jaja, mąka pszenna, sól, majeranek, cukinia, marchew, pietruszka) Kasza gryczana-200g Woda z sokiem	1,3,7, 9 1			Dieta cukrzycowa: Wędlina wieprzowa- 50g Pasta jajeczna-50g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0 3 7 1	
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z płatkami owsianymi- 250ml Wędlina drobiowa- 50g Twaróg 50g Pomidor bez skórki Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	1,7 6,7,9,10 7 7 1		Dieta lekkostrawna: Zupa kalafiorowa 350ml Pulpet w sosie warzywnym lekki 150g Kasza jaglana 200 Woda z sokiem	1,3,7, 9 1			Dieta lekkostrawna: Wędlina drobiowa- 50g Twaróg 50g Liść sałaty Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml	6,7,9,1 0 3 7 1	

Dieta podstawowej z dodatkami (2 dodatki):

Poniedziałek:

-energia: 2265 kcal, węglowodany: 281g, białko: 90g, tłuszcz: 91g, błonnik: 38g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g.

Wtorek:

-energia: 2365 kcal, węglowodany: 340g, białko: 95g, tłuszcz 98g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Środa:

-energia: 2629kcal, węglowodany: 337 g, białko 98 g, tłuszcz: 99 g, błonnik: 45 g, kwasy tłuszczowe nasycone:10g.

Czwartek:

-energia: 2657kcal, węglowodany 377g, białko 111g, tłuszcz 103 g, błonnik 41g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Piątek:

-Energia 2324kcal, Węglowodany 317g, Białko 99 g, Tłuszcz 77 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g.

Sobota:

-Energia 2578 kcal, Węglowodany 350 g, białko 98g, tłuszcz 89 g, Błonnik 40g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10g.

Niedziela:

-Energia 2455kcal, węglowodany 370g, białko 99g, tłuszcz 79 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g.

Dieta podstawowa (1 dodatek):

Poniedziałek:

-energia: 2153 kcal, węglowodany: 265g, białko: 84g, tłuszcz: 90g, błonnik: 39g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g.

Wtorek:

-energia: 2564 kcal, węglowodany: 305g, białko: 91g, tłuszcz 95g, błonnik 44g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Środa:

-energia: 2640 kcal, węglowodany: 330 g, białko 95 g, tłuszcz: 100 g, błonnik: 42 g, kwasy tłuszczowe nasycone:11g.

Czwartek:

-energia: 2553kcal, węglowodany 310g, białko 105g, tłuszcz 89 g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Piątek:

-Energia 2251 kcal, Węglowodany 307g, Białko 90 g, Tłuszcz 74 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g.

Sobota:

-Energia 2494 kcal, Węglowodany 340 g, białko 91g, tłuszcz 87 g, Błonnik 40g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10g.

Niedziela:

-Energia 2335kcal, węglowodany 333g, białko 91g, tłuszcz 80 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g.

Dieta podstawowa bez dodatków:

Poniedziałek:

-energia: 2045 kcal, węglowodany: 240g, białko: 82g, tłuszcz: 87g, błonnik: 35g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g.

Wtorek:

-energia: 2356 kcal, węglowodany: 300g, białko: 97g, tłuszcz 92g, błonnik 40g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Środa:

-energia: 2520 kcal, węglowodany: 315 g, białko 89 g, tłuszcz: 100 g, błonnik: 41 g, kwasy tłuszczowe nasycone:11g.

Czwartek:

-energia: 2433kcal, węglowodany 300g, białko 100g, tłuszcz 95 g, błonnik 40g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Piątek:

-Energia 2131 kcal, Węglowodany 300g, Białko 85 g, Tłuszcz 72 g, Błonnik 34g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g.

Sobota:

-Energia 2389 kcal, Węglowodany 330g, białko 86 g, tłuszcz 83 g, Błonnik 37g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10g.

Niedziela:

-Energia 2345kcal, węglowodany 331g, białko 87g, tłuszcz 77 g, Błonnik 37g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g.

Dieta cukrzycowa:

Poniedziałek:

-energia: 2155 kcal, węglowodany: 265g, białko: 85g, tłuszcz: 90g, błonnik: 39g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g.

Wtorek:

-energia: 2477 kcal, węglowodany: 325g, białko: 91g, tłuszcz 95g, błonnik 41g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Środa:

-energia: 2639 kcal, węglowodany: 330 g, białko 95 g, tłuszcz: 97 g, błonnik: 43 g, kwasy tłuszczowe nasycone:11g.

Czwartek:

-energia: 2553kcal, węglowodany 310g, białko 105g, tłuszcz 99 g, błonnik 43g, kwasy tłuszczowe nasycone: 10g.

Piątek:

-Energia 2251 kcal, Węglowodany 315g, Białko 90 g, Tłuszcz 74 g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8g.

Sobota:

-Energia 2496 kcal, Węglowodany 340 g, białko 90g, tłuszcz 85 g, Błonnik 40g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10g.

Niedziela:

-Energia 2355kcal, węglowodany 330g, białko 91g, tłuszcz 79 g, Błonnik 39g, Kwasy tłuszczowe nasycone 8 g.

Dieta lekkostrawna:

Poniedziałek:

-energia: 2017kcal, węglowodany: 229g, białko: 92g, tłuszcz: 80g, błonnik: 30g, kwasy tłuszczowe nasycone: 8g.

Wtorek:

-energia: 2330 kcal, węglowodany: 219g, białko: 114 g, tłuszcz 74g, błonnik 35g, kwasy tłuszczowe nasycone: 7g.

Środa:

-energia: 2498kcal, węglowodany: 253g, białko 101g, tłuszcz: 109g, błonnik: 31g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9 g .

Czwartek:

-energia: 2463kcal, węglowodany 298g, białko 112g, tłuszcz 98g, błonnik 39g, kwasy tłuszczowe nasycone: 9g.

Piątek:

-Energia 2098 kcal, Węglowodany 252g, Białko 111g, Tłuszcz 70g, Błonnik 38g, Kwasy tłuszczowe nasycone 7g.

Sobota:

-Energia 2346kcal, Węglowodany 296g, białko 91g, tłuszcz 91g Błonnik 33g, Kwasy tłuszczowe nasycone 10 g.

Niedziela:

-Energia 2299kcal, węglowodany 290g, białko 129g, tłuszcz 93g, Błonnik 33g, Kwasy tłuszczowe nasycone 9g.

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE !

Legenda:

C: - cukrzyca,

D: - dzieci,

K: - kobiety w ciąży.