

# JADŁOSPIS

5-11.02.2024 r. Szpital

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

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

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







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