

JADŁOSPIS

8-14.04.2024 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 Pasztet 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, wędlina drobiowa) D: sok owocowy K: kanapka żytnia, owoc	1,6,7, 9,10 1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlina wieprzowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta cukrzycowa: Wędlina wieprzowa- 50g Serek kanapkowy- 50g Pomidor Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta lekkostrawna: Wędlina 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 Pasztet 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 Pasztet 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) Karkówka pieczona 100g (karkówka, sól, cebula) 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 Karkówka pieczona 100g 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 Schab z pieca 100 g (schab, sól) Ziemniaki gotowane-200g Warzywa gotowane-100g (marchewka, sól) Woda z sokiem	7,9				

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, wędlina drobiowa)	1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlina 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: Wędlina 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: Wędlina 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	Dieta podstawowa: Zupa rosół z makaronem 350ml (wywar mięsno-warzywny: Porcje rosółowe, marchew, por, seler, Natka pietruszki, makaron pszenny, sól)	1,7,9	C: kanapka żytnia (chleb razowy, masło, wędlna drobiowa)	1,6,7, 9,10	Dieta podstawowa: Wędlna wieprzowa- 50g	6,7,9,1 0,
	Kiełbasa z wody 90- 100g/ ketchup	6,7,9,1 0	D: owoc			D: jogurt owocowy	7 7	Serek trójkąt-15g	7
	Serek twarogowy- 50g	7	K: owoc, sok owocowy	Pałka z kurczaka pieczona 150g (pałka., sól, papryka słodka, cebula)	1,9	K: jogurt naturalny, owoc		Rzodkiewka	7
	Liść sałaty			Ziemniaki gotowane 200g				Masło- 15g	7
	Masło- 15g	7		Buraczki gotowane 100g (buraki, sól, olej)				Pieczywo mieszane- 80g	7 1
	Pieczywo mieszane- 80g	1		Woda z sokiem				Herbata- 250ml	
	Herbata- 250ml							Dieta cukrzycowa: Wędlna wieprzowa- 50g	6,7,9,1 0
	Dieta cukrzycowa: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml	1,7		Dieta cukrzycowa: Zupa rosół z makaronem - 350ml				Serek kanapkowy- 50g	7
	Kiełbasa z wody-90- 100g/ musztarda	6,7,9,1 0		Pałka z kurczaka pieczona 150 g	1,7,9 1,9			Rzodkiewka	7
	Serek twarogowy- 50g	7		Ziemniaki gotowane 200g				Masło- 15g	7
	Liść sałaty			Brokuł gotowany 100g				Pieczywo mieszane- 80g	7 1
	Masło- 15g	7		Woda z sokiem				Herbata- 250ml	
	Pieczywo mieszane- 80g	1		Dieta lekkostrawna: Zupa rosół z makaronem - 350ml				Dieta lekkostrawna: Wędlna drobiowa- 50g	6,7,9,1 0
	Herbata- 250ml			Pałka z kurczaka pieczona 150 g (pałka, sól)	1,7,9 1,9			Serek kanapkowy- 50g	7
	Dieta lekkostrawna: Zupa mleczna z płatkami ryżowymi- 250ml	1,7		Ziemniaki gotowane-200g				Pomidor bez skórki	7
	Parówka z wody-90- 100g/ ketchup	6,7,9,1 0		Buraczki gotowane-100g				Masło- 15g	7
	Serek twarogowy- 50g	7		Woda z sokiem				Pieczywo mieszane- 80g	1
	Liść sałaty							Herbata- 250m	
	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 Jajko gotowane 60 g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta cukrzycowa: Wędlina wieprzowa- 50g Jajko gotowane 60 g Rzodkiewka Masło- 15g Pieczywo mieszane- 80g Herbata- 250ml Dieta lekkostrawna: Wędlina drobiowa- 50g Białko gotowane 50 g 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
	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 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 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.