

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Połędwica wiśniowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), mus z dyni 100g, Roszponka 10g, Słonecznik, nasiona 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Kawa z mlekiem b/c 250ml (MLE),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml R 1Por (GLU), Makaron z warzywami 300g R 1Por (GLU, JAJ), Maślanka 150ml (MLE), Cukinia gotowana 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z białka jaja i wędliny 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Galaretka drobiowa b.soli 50g (SOJ, GOR, SEZ, S02), sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE), Herbata b/c 250ml R 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.40 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sól: 4.58 g;

czwartek 2024-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Połędwica wiśniowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), ogórek zielony 90g, Roszponka 10g 1Por, Kawa z mlekiem b/c 250ml (MLE), Pomarańcza 100g 1szt, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Słonecznik, nasiona 30g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml R 1Por (GLU), Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300g R 1Por (GLU, JAJ), Cukinia gotowana 150g, Maślanka 150ml (MLE), Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z jaj b/majonezu 30g (JAJ), Galaretka drobiowa b.soli 50g (SOJ, GOR, SEZ, S02), sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, herbata b/c 250ml, Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.26 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; suma cukrów prostych: 69.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sól: 5.09 g;

czwartek 2024-01-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.40 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; suma cukrów prostych: 74.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sól: 4.58 g;

czwartek 2024-01-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.26 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 77.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; suma cukrów prostych: 69.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sól: 5.09 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-01-04		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Roszponka 10g, Polędwica wiśniowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), ogórek zielony 90g, jogurt naturalny 100g Mlékovita 1Por (MLE), Słonecznik, nasiona 30g,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250ml R 1Por (GLU), Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300g R 1Por (GLU, JAJ), Maślanka 150ml (MLE), Sałatka z warzyw mieszanych R 150g, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z jaj b/majonezu 30g (JAJ), Galaretka drobiowa R 50g (SOJ, GOR, SEZ, S02), sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, Serek wiejski OSM Radomsko 100g (MLE),
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.92 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 86.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; suma cukrów prostych: 53.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g Sól: 6.83 g