

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól dżem 50g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Kasza manna na mleku 250ml (1P,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól dżem 50g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g	Makaron na mleku 250ml (1P,3,7), skład: mleko 2%, kasza manna, sól twaróg 50g (7), wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g
ŚNIADANIE II	banan 150g	banan 150g	banan 150g
OBIAD	Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, jajko, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety wieprzowe w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza gryczana 200g surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml	Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, jako, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety wieprzowe w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza jęczmienna 200g surówka z buraków 100g herbata owocowa 250ml	Biały barszcz z jajkiem 350ml (1Ż,7,3,9), skład: bulion drobiowy, zakwas żytni, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, jajko, sól, kiełbasa wieprzowa, zioła (60 g warzyw bez ziemniaków) Pulpety wieprzowe w sosie 100g/50g (1P,3,.) skład: mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, sól, pieprz, kasza gryczana 200g bukiet warzyw gotowanych 100g skład: marchewka, brokuł, kalafior herbata owocowa 250ml
KOLACJA	Pasztet drobiowy 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml, sałata 12g ogórek 50g	Pasztet drobiowy 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), kawiarka 100g(1P), herbata 250ml, sałata 12g pomidor 50g	Pasztet drobiowy 50g, Twarożek z pietruszką 100g (7), skład: twaróg, pietruszka, sól mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, sałata 12g ogórek 50g Dodatek cukrzycowy: jabłko 150g

KOLACJA	jogurt naturalny 100ml (7)	jogurt naturalny 100ml (7)	jogurt naturalny 100ml (7)
----------------	-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

II			
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2251,3 KCAL Białko: 102,6 g Węglowodany: 337,5 g w tym węglowodany przyswajalne 215,76 g Tłuszcze: 56,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,3 g Błonnik pokarmowy: 33,2 g sól: 5,84 g	Wartość energetyczna: 2230,4 KCAL Białko: 100,8 g Węglowodany: 311,6 g w tym węglowodany przyswajalne 211,24 g Tłuszcze: 54,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,1 g Błonnik pokarmowy: 34,2 g sól: 5,54 g	Wartość energetyczna: 2158,7 KCAL Białko: 101,5 g Węglowodany: 288,2 g w tym węglowodany przyswajalne 202,57 g Tłuszcze: 49,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 16,4 g Błonnik pokarmowy: 33,6 g sól: 5,15 g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Z - gluten żytni, 1J-gluten jęczmienny), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. SPORZĄDZIŁ: dietetyk Paulina Kuwałek

Wtorek 30.01.2024r.

JADŁOSPIS nr 2

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50g, pasta jajeczna 50g (7) skład: jajka, szczypior, majonez light , sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50g, pasta jajeczna 50g (7), skład: jajka, szczypior, majonez light, sól, pieprz mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>	<p>płatki owsiane na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, płatki owsiane, sól wędlina drobiowa 50 g , pasta jajeczna 50g (7), skład: jajka, szczypior, majonez light, sól, pieprz mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, pomidor 70g sałata 12g</p>
ŚNIADANIE II	<p>mus owocowy 100g</p>	<p>mus owocowy 100g</p>	<p>mus owocowy 100g</p>
OBIAD	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa ziemniaczanka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, marchewka, ziemniaki, seler, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>	<p>Zupa fasolowa 350ml (9), skład: bulion drobiowy, fasola, marchewka, ziemniaki, seler, por, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) potrawka z kurczaka i warzywami 100/100g (1P,9), skład: kurczak, marchewka, natka pietruszki, mąka pszenna, sól, pieprz (30g warzyw) ryż 200g, herbata owocowa 250ml</p>
KOLACJA	<p>ser żółty 50g (7), wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g sałata 12g</p>	<p>wędlina drobiowa 50g, wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g</p>	<p>wędlina drobiowa 50g, wędlina wieprzowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż) herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g Dodatek cukrzycowy: twaróg 40g (7)</p>

KOLACJA II	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml	sok warzywny 300ml
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2343,7 KCAL Białko: 111,8 g Węglowodany: 350,9 g w tym węglowodany przyswajalne 226,4 g Tłuszcze: 55,7 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,4 g Błonnik pokarmowy: 36,3 g sól: 5,11 g	Wartość energetyczna: 2298,4 KCAL Białko: 104,2 g Węglowodany: 325,4 g w tym węglowodany przyswajalne 208,21g Tłuszcze: 49,3 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,2 g Błonnik pokarmowy: 34,6 g sól: 4,98 g	Wartość energetyczna: 2340,1 KCAL Białko: 101,3 g Węglowodany: 302,8g w tym węglowodany przyswajalne 202,61g Tłuszcze: 50,6 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 18,7 g Błonnik pokarmowy: 33,8 g sól: 4,68 g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszenny, 1Ż - gluten żytni, 1J-gluten jęczmienny), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. SPORZĄDZIŁ: dietetyk Paulina Kuwałek

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW
ŚNIADANIE	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka wieprzowodrobiowa 50g, ketchup łagodny 20g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250 ml, papryka 60g sałata 12g</i>	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka wieprzowo-drobiowa 50g, ketchup łagodny 20g, dżem 50g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250 ml, pomidor 60g, sałata 12g</i>	<i>kasza kukurydziana na mleku 250ml (1,7), skład: mleko 2%, kasza kukurydziana, sól parówka wieprzowo-drobiowa 50g, ketchup łagodny 20g, wędlina drobiowa 50g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250 ml, papryka 60g sałata 12g</i>
ŚNIADANIE II	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>	<i>mandarynka 80g</i>
OBIAD	<i>zupa barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, seler, por, marchew, ziemniaki, buraki, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2%, zioła gotówki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1P,3,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>	<i>zupa barszcz czerwony 350ml (7,9), skład: bulion drobiowy, seler, marchew, ziemniaki, buraki, pietruszka, sól, pieprz, mleko 2%, zioła gotówki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1P,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>	<i>Zupa ziemniaczanka 350ml (9), skład: bulion drobiowy, marchewka, ziemniaki, seler, pietruszka (60g warzyw bez ziemniaków) gotówki bez zawijania w sosie pomidorowym 120g (1,7), skład: mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, sól, pieprz, jako, kasza manna, pomidory, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% ziemniaki 200g herbata owocowa 250ml</i>

KOLACJA	<p>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), chleb pszenny (1P), chleb razowy (1Ż), łącznie 100g herbata 250ml ogórek 50g</p>	<p>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), kawiarka 100g (1P), herbata 250ml, pomidor 50g sałata 12g</p>	<p>paprykarz 100g (4), skład: ryż, marchew, filet z makreli w sosie pomidorowym, koncentrat pomidorowy, szczypior, sól, pieprz wędlina wieprzowa 30g, mix maślany 11g (7), chleb razowy 100g (1Ż), herbata 250ml, ogórek 50g sałata 12g</p>
----------------	--	--	---

Program Dobry Posiłek

Oddziały: REHABILITACJA, REHABILITACJA 2, WEWNĘTRZNY, LN

	<i>sałata 12g</i>		<i>Dodatek cukrzycowy: kiełbasa Śląska 40 g</i>
KOLACJA II	<i>kefir 150ml (7)</i>	<i>kefir 150ml (7)</i>	<i>kefir 150ml (7)</i>
Dobowa wartość energetyczna i odżywcza	Wartość energetyczna: 2407,1 kcal Białko: 137,6g Węglowodany: 343,1g w tym węglowodany przyswajalne 228,45g Tłuszcze: 72,3g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 24,5g Błonnik pokarmowy: 36,10g sól: 5,15g	Wartość energetyczna: 2360 KCAL Białko: 130,6 g Węglowodany: 320,5 g w tym węglowodany przyswajalne 227,89g Tłuszcze: 67,8 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 20,7 g Błonnik pokarmowy: 34,6 g sól: 4,57 g	Wartość energetyczna: 2197,5 KCAL Białko: 124,4 g Węglowodany: 300,2 g w tym węglowodany przyswajalne 215,45g Tłuszcze: 65,4 g w tym nasycone kwasy tłuszczowe 19,9 g Błonnik pokarmowy: 31,7 g sól: 4,46 g

Alergeny występujące w posiłkach:

1. Zboża zawierające gluten (1P - gluten pszeniczny, 1Ż - gluten żytni, 1J - gluten jęczmienny), 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe), 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin, 14. Mięczaki

Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa oraz przyprawy) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy. SPORZĄDZIŁ: dietetyk Paulina Kuwałek

