

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 05.01.2024 - 07.01.2024

| DATA | DIETA | WARTOŚCI ODŻYWCZE | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PODWIECZOREK NOCNY |
|---------------------|---|---|--|--|---|----------------------------|
| 05.01.2024 – piątek | podstawowa | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2355,1 [kcal] Białko ogółem: 82,3 [g] Węglowodany: 312,2 Cukry: 83,4 [g] Błonnik: 18,9 [g] tłuszcz: 77,4 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 11,3 [g] Sól: 2,9 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Dżem 40 [g] Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Kakao z cukrem 200 [ml] (1,7) Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7) | Zupa szpinakowa z ryżem 300 [ml] (7,9) Filet z ryby panierowany smażony 100 [g] (1,3,4) Sur. z kapusty kiszanej 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Sałatka jarzynowa 150 [g] Jabłko 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Serek wiejski 150 [ml] (7) |
| | łatwostrawna | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2268,5 [kcal] Białko ogółem: 76,2 [g] Węglowodany: 302,4 Cukry: 78,2 [g] Błonnik: 21,8 [g] tłuszcz: 70,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 11,8 [g] Sól: 2,6 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Dżem 40 [g] Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Kakao z cukrem 200 [ml] (1,7) Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7) | Zupa brokułowa 300 [ml] (7,9) Filet rybny duszony 80 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Sałatka jarzynowa 150 [g] Jabłko pieczone 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Serek wiejski 150 [ml] (7) |
| | łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2401,4 [kcal] Białko ogółem: 76,2 [g] Węglowodany: 312,5 [g] Cukry: 81,8 [g] Błonnik: 24,3 [g] tłuszcz: 78,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 11,1 [g] Sól: 2,1 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Dżem 40 [g] Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Kakao z cukrem 200 [ml] (1,7) Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7) | Zupa brokułowa 300 [ml] (7,9) Filet rybny duszony 80 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Sałatka jarzynowa 150 [g] Jabłko pieczone 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Serek wiejski 150 [ml] (7) |
| | łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2387,1 [kcal] Białko ogółem: 74,5 [g] Węglowodany: 291,5 Cukry: 77,6 [g] Błonnik: 21,3 [g] tłuszcz: 82,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 12,9 [g] Sól: 2,0 [g] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Jajko 2 [szt] (1,7) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Kakao bez cukru 200 [ml] (1,7) Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7) II śniadanie: kisiel bez cukru 200 [ml] | Zupa brokułowa 300 [ml] (7,9) Filet rybny duszony 80 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Sałatka jarzynowa 150 [g] Jabłko 100 [g] Herbata bez cukru i cytryną 200 [ml] | Serek wiejski 150 [ml] (7) |
| DATA | DIETA | WARTOŚCI ODŻYWCZE | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PODWIECZOREK NOCNY |
| 06.01.2024 – sobota | podstawowa | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2099,4 [kcal] Białko ogółem: 69,3 [g] Węglowodany: 291,6 [g] Cukry: 69,2 [g] Błonnik: 18,9 [g] tłuszcz: 80,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 11,7 [g] Sól: 2,2 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser żółty 40 [g] (7) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Barszcz ukraiński 300 [ml] (7,9) Ryż z jabłkiem zapiekany 250 [g] Banan 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Szynka wieprzowa 40 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Mus owocowy 100 [ml] |
| | łatwostrawna | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2072,3 [kcal] Białko ogółem: 68,2 [g] Węglowodany: 296,5 [g] Cukry: 68,2 [g] Błonnik: 18,8 [g] tłuszcz: 82,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 12,1 [g] Sól: 2,1 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Barszcz zabielały 300 [ml] (7,9) Ryż z jabłkiem zapiekany 250 [g] Banan 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Szynka wieprzowa 40 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Mus owocowy 100 [ml] |

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 05.01.2024 - 07.01.2024

| DATA | DIETA | WARTOŚCI ODŻYWCZE | ŚNIADANIE | OBIAD | KOLACJA | PODWIECZOREK NOCNY |
|--|---|---|--|---|---|---------------------------|
| 07.01.2024 - niedziela | łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2061,1 [kcal] Białko ogółem: 67,3 [g] Węglowodany: 296,5 [g] Cukry: 68,2 [g] Błonnik: 18,8 [g] tłuszcz: 81,3 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 11,9 [g] Sól: 2,1 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Barszcz zabieleny 300 [ml] (7,9) Ryż z jabłkiem zapiekany 250 [g] Banan 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Szynka wieprzowa 40 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Mus owocowy 100 [ml] |
| | łatwostrawna z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2087,7 [kcal] Białko ogółem: 68,2 [g] Węglowodany: 288,5 [g] Cukry: 62,7 [g] Błonnik: 18,8 [g] tłuszcz: 82,2 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 12,1 [g] Sól: 2,1 [g] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) II śniadanie: baton owocowy 16 [g] | Barszcz zabieleny 300 [ml] (7,9) Ryż z jabłkiem zapiekany 250 [g] Papryka 100 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Szynka wieprzowa 40 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata bez cukru i cytryną 200 [ml] | Mus owocowy 100 [ml] |
| | podstawowa | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2047,4 [kcal] Białko ogółem: 70,3 [g] Węglowodany: 288,3 [g] Cukry: 71,2 [g] Błonnik: 19,8 [g] tłuszcz: 83,1 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 10,9 [g] Sól: 2,4 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Polędwica sopocka 40 [g] (1,6) Ogórek zielony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Rosół z makaronem 300 [ml] (1,3,9) Udko z kurczaka pieczone 250 [g] Sur. z kapusty pekińskiej 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa śląska na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Musztarda 5 [g] (10) Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Herbatniki maślane 16 [g] |
| | łatwostrawna | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2028,4 [kcal] Białko ogółem: 70,3 [g] Węglowodany: 296,4 [g] Cukry: 72,8 [g] Błonnik: 20,6 [g] tłuszcz: 83,1 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 10,8 [g] Sól: 2,3 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Polędwica sopocka 40 [g] (1,6) Ogórek zielony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Rosół z makaronem 300 [ml] (1,3,9) Udko z kurczaka gotowane 250 [g] Sos pietruszkowy 80 [g] (1) Sur. z kapusty pekińskiej 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa śląska na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Herbatniki maślane 16 [g] |
| | łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2021,4 [kcal] Białko ogółem: 70,3 [g] Węglowodany: 288,3 [g] Cukry: 71,2 [g] Błonnik: 19,8 [g] tłuszcz: 83,1 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 10,9 [g] Sól: 2,3 [g] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Polędwica sopocka 40 [g] (1,6) Ogórek zielony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) | Rosół z makaronem 300 [ml] (1,3,9) Udko z kurczaka gotowane 250 [g] Sos pietruszkowy 80 [g] (1) Sur. z kapusty pekińskiej 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml] | Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Kiełbasa śląska na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml] | Herbatniki maślane 16 [g] |
| łatwostrawna z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów | Wartości odżywcze: Wart. energ.: 2037,4 [kcal] Białko ogółem: 70,3 [g] Węglowodany: 261,4 3 [g] Cukry: 65,2 [g] Błonnik: 19,8 [g] tłuszcz: 83,1 [g] Kw.tłuszczowe nasyc.: 10,9 [g] Sól: 2,3 [g] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Polędwica sopocka 40 [g] (1,6) Ogórek zielony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) II śniadanie: budyń 200 [ml] | Rosół z makaronem 300 [ml] (1,3,9) Udko z kurczaka gotowane 250 [g] Sos pietruszkowy 80 [g] (1) Sur. z kapusty pekińskiej 100 [g] Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml] | Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa śląska na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata bez cukru i cytryną 200 [ml] | baton owocowy 16 [g] | |