

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 15.01.2024 - 21.01.2024

DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
15.01.2024 - poniedziałek	podstawowa	Wart. energ.: 2200,3 [kcal] Białko ogółem: 94,5 [g] Węglowodany: 331,2 [g] Cukry: 69,3 [g] Błonnik: 37,0 [g] Tłuszcze: 62,8 [g] Kw. tł. nasyc.: 30,7 [g] Sól: 4,1 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Imperiał ze szczypiorkiem 60 [g] (7) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1, 7) Ryż na mleku 300 [ml] (7)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Fasolka po bretońsku 250 [g] (1,6) Brokuł na parze 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) Szynka konserwowa 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Mus owocowy 100 [g]
	łatwostrawna	Wart. energ.: 2091,9 [kcal] Białko ogółem: 90,5 [g] Węglowodany: 292,8 [g] Cukry: 61,6 [g] Błonnik: 26,2 [g] Tłuszcze: 67,3 [g] Kw. tł. nasyc.: 28,1 [g] Sól: 4,2 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Imperiał ze szczypiorkiem 60 [g] (7) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1, 7) Ryż na mleku 300 [ml] (7)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Bitka duszona z warzywami 200 [g] (9) Sos potrawkowy 80 [g] (1) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Szynka konserwowa 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Mus owocowy 100 [g]
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart. energ.: 1973,8 [kcal] Białko ogółem: 88,0 [g] Węglowodany: 321,8 [g] Cukry: 66,9 [g] Błonnik: 27,8 [g] Tłuszcze: 42,7 [g] Kw. tł. nasyc.: 20,9 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Imperiał z pietruszką 60 [g] (7) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1, 7) Ryż na mleku 300 [ml] (7)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Bitka duszona z warzywami 200 [g] (9) Sos potrawkowy 80 [g] (1) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Szynka konserwowa 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Mus owocowy 100 [g]
	łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wart. energ.: 2020,8 [kcal] Białko ogółem: 87,4 [g] Węglowodany: 273,0 [g] Cukry: 50,9 [g] Błonnik: 40,1 [g] Tłuszcze: 72,5 [g] Kw. tł. nasyc.: 28,7 [g] Sól: 4,4 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Imperiał ze szczypiorkiem 60 [g] (7) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1, 7) Ryż na mleku 300 [ml] (7) II śniadanie: papryka 30 [g]	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Bitka duszona z warzywami 200 [g] (9) Sos potrawkowy 80 [g] (1) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Szynka konserwowa 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata bez cukru, z cytryną 200 [ml]	Mus owocowy 100 [g]
	papkowata	Wart. energ.: 2238,5 [kcal] Białko ogółem: 108,7 [g] Węglowodany: 325,4 [g] Cukry: 52,3 [g] Błonnik: 31,7 [g] Tłuszcze: 62,8 [g] Kw. tł. nasyc.: 13,8 [g] Sól: 1,8 [g]	Papka mleczna z ryżem 500 [ml] (7)	Papka filet kurczaka z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka filet kurczaka z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka filet kurczaka z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
16.01.2024 - wtorek	podstawowa	Wart. energ.: 2154,2 [kcal] Białko ogółem: 107,5 [g] Węglowodany: 241,1 [g] Cukry: 39,1 [g] Błonnik: 23,4 [g] Tłuszcze: 77,7 [g] Kw. tł. nasyc.: 33,7 [g] Sól: 3,8 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Blok z indyka 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Rukola 5 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Płatki owsiane na mleku 300 [ml] (1,7)	Rosół z makaronem 450 [ml] (1, 9) Podudzie z kurczaka pieczone 150 [g] Sur. z kapusty czerwonej i majonezem 100 [g] (3,10) 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 20 [g] (10, 12) Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Herbatniki maślane 16 [g] (1,7)
	łatwostrawna	Wart. energ.: 2147,6 [kcal] Białko ogółem: 108,0 [g] Węglowodany: 243,4 [g] Cukry: 35,9 [g] Błonnik: 26,4 [g] Tłuszcze: 75,6 [g] Kw. tł. nasyc.: 33,6 [g] Sól: 3,9 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Blok z indyka 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Rukola 5 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Płatki owsiane na mleku 300 [ml] (1,7)	Rosół z makaronem 450 [ml] (1,9) Udło z kurczaka gotowane 150 [g] Sos koperkowy 80 [g] (1) Kalafior na parze 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] (1,7)

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 15.01.2024 - 21.01.2024

	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart. energ.: 2199,1 [kcal] Białko ogółem: 123,1 [g] Węglowodany: 299,1 [g] Cukry: 39,1 [g] Błonnik: 28,1 [g] Tłuszcze: 81,0 [g] Kw. tł. nasyc.: 21,1 [g] Sól: 3,6 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Blok z indyka 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Rukola 5 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Płatki owsiane na mleku 300 [ml] (1,7)	Rosół z makaronem 450 [ml] (1,9) Udko z kurczaka gotowane 150 [g] Sos koperkowy 80 [g] (1) Kalafior na parze 450 [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] (1,7)
	łatwostrawna z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wart. energ.: 2021,7 [kcal] Białko ogółem: 99,8 [g] Węglowodany: 219,3 [g] Cukry: 41,1 [g] Błonnik: 31,1 [g] Tłuszcze: 62,1 [g] Kw. tł. nasyc.: 28,1 [g] Sól: 3,6 [g]	Chleb razowy 105g (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Blok z indyka 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Rukola 5 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) Płatki owsiane na mleku 300 [ml] (1,7) II ŚNIADANIE: budyń na mleku bez cukru 200ml] (7)	Rosół z makaronem 450 [ml] (1,9) Udko z kurczaka gotowane 150 [g] Sos koperkowy 80 [g] (1) Kalafior na parze 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, z cytryną 200 [ml]	Jogurt naturalny 150 [g]
	papkowata	Wart. energ.: 2222,1 [kcal] Białko ogółem: 110,1 [g] Węglowodany: 267,4 [g] Cukry: 52,2 [g] Błonnik: 27,4 [g] Tłuszcze: 85,3 [g] Kw. tł. nasyc.: 24,3 [g] Sól: 2,1 [g]	Papka mleczna z kaszą manną 500 [ml] (1,7)	Papka wołowina z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka wołowina z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka wołowina z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
17.01.2024 - środa	podstawowa	Wart. energ.: 2210,1 [kcal] Białko ogółem: 85,2 [g] Węglowodany: 321,3 [g] Cukry: 68,2 [g] Błonnik: 24,3 [g] Tłuszcze: 62,2 [g] Kw.tł. nasyc.: 29,6 [g] Sól: 4,1 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Jajko 1 [szt] (3) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Rozspunka 5 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Kasza kukurydziana na mleku 300 [ml] (7)	Zupa fasolowa z ziemniakami 450 [ml] (9) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 180 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Kasza jęczmienna na sypko 210 [g] (1) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Paszтет drobiowy zapiekany 60 [g] (1,6,7) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Serek wiejski 200 [g] (7)
	łatwostrawna	Wart.energ.: 2114,2 [kcal] Białko ogółem: 85,1 [g] Węglowodany: 318,1 [g] Cukry: 46,3 [g] Błonnik: 26,8 [g] Tłuszcze: 70,9 [g] Kw.tł. nasyc.: 26,8 [g] Sól: 4,6 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Jajko 1 [szt] (3) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Rozspunka 5 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Kasza kukurydziana na mleku 300 [ml] (7)	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 180 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Kasza jęczmienna na sypko 210 [g] (1) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Paszтет drobiowy zapiekany 60 [g] (1,6,7) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Serek wiejski 200 [g] (7)
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart.energ.: 2181,4 [kcal] Białko ogółem: 75,2 [g] Węglowodany: 315,1 [g] Cukry: 54,4 [g] Błonnik: 26,3 [g] Tłuszcze: 47,7 [g] Kw.tł. nasyc.: 28,9 [g] Sól: 4,8 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Połędwica sopocka 40 [g] Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Rozspunka 5 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Kasza kukurydziana na mleku 300 [ml] (7)	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 180 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Kasza jęczmienna na sypko 210 [g] (1) Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Blok z indyka 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Serek wiejski 200 [g] (7)
	łatwostrawna z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Wart.energ.: 2210,1 [kcal] Białko ogółem: 88,1 [g] Węglowodany: 216,7 [g] Cukry: 21,9 [g] Błonnik: 27,2 [g] Tłuszcze: 72,8 [g] Kw.tł. nasyc.: 20,4 [g] Sól: 4,5 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Jajko 1 [szt] (3) Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Rozspunka 5 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) Kasza kukurydziana na mleku 300 [ml] (7)	Zupa brokułowa z ziemniakami 450 [ml] (7,9) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 180 [g] (1) Sur. z marchewki 100 [g] Kasza jęczmienna na sypko 210 [g] (1) Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Paszтет drobiowy zapiekany 60 [g] (1,6,7) Ogórek kiszony 60 [g] Herbata bez cukru, z cytryną 200 [ml]	Serek wiejski 200 [g] (7)

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 15.01.2024 - 21.01.2024

DATA	DIETA	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
18.01.2024 - czwartek	papkowata	Wart. energ.: 2024,6 [kcal] Białko ogółem: 98,2 [g] Węglowodany: 248,7 [g] Cukry: 49,8 [g] Błonnik: 23,7 [g] Tłuszcze: 77,1 [g] Kw. tł. nasyc.: 20,9 [g] Sól: 1,8 [g]	II śniadanie: jogurt naturalny 150 [ml] (7) Papka mleczna z kaszą kukurydzianą 500 [ml] (7)	Papka mięso wołowo-wieprzowe z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka mięso wołowo-wieprzowe z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka mięso wołowo-wieprzowe z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
	podstawowa	Wart. energ.: 2178,4 [kcal] Białko ogółem: 102,1 [g] Węglowodany: 308,1 [g] Cukry: 70,2 [g] Błonnik: 28,2 [g] Tłuszcze: 70,2 [g] Kw.tł. nasyc.: 22,1 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa kminkowa 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Makaron na mleku 300 [ml] (1,7)	Zupa krupnik 450 [ml] (1,9) Bigos domowy 250 [g] (6) Kalaflor na parze 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 śledziowa z majonezem 150 [g] (3,4,9,10) Jabłko 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Baton owocowy 16 [g]
	łatwostrawna	Wart.energ.: 2102,7 [kcal] Białko ogółem: 96,1 [g] Węglowodany: 313,1 [g] Cukry: 56,3 [g] Błonnik: 26,3 [g] tłuszcz: 64,7 [g] Kw.tł. nasyc.: 22,8 [g] Sól: 4,8 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa kminkowa 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Makaron na mleku 300 [ml] (1,7)	Zupa krupnik 450 [ml] (1,9) Klopsy wieprzowe gotowane 80 [g] (1,3) Sos pomidorowy 80 [g] (1) Kalaflor na parze 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 dietetyczna 150 [g] (3,9) Jabłko 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Baton owocowy 16 [g]
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart.energ.: 2086,3 [kcal] Białko ogółem: 101,2 [g] Węglowodany: 328,8 [g] Cukry: 54,9 [g] Błonnik: 29,2 [g] Tłuszcze: 46,2 [g] Kw.tł. nasyc.: 21,2 [g] Sól: 4,6 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Kiełbasa kminkowa 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7) Makaron na mleku 300 [ml] (1,7)	Zupa krupnik 450 [ml] (1,9) Klopsy wieprzowe gotowane 80 [g] (1,3) Sos pomidorowy 80 [g] (1) Kalaflor na parze 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 dietetyczna 150 [g] (3,9) Jabłko 100 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Baton owocowy 16 [g]
	łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wart.energ.: 2182,1 [kcal] Białko ogółem: 118,1 [g] Węglowodany: 287,4 [g] Cukry: 49,3 [g] Błonnik: 32,2 [g] Tłuszcze: 67,8 [g] Kw.tł. nasyc.: 24,3 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Kiełbasa kminkowa 40 [g] (1,6) Papryka 60 [g] Sałata 10 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) Makaron na mleku 300 [ml] (1,7) II śniadanie: kisiel bez cukru 200 [ml]	Zupa krupnik 450 [ml] (1,9) Klopsy wieprzowe gotowane 80 [g] (1,3) Sos pomidorowy 80 [g] (1) Kalaflor na parze 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 dietetyczna 150 [g] (3,9) Jabłko 100 [g] Herbata bez cukru i cytryną 200 [ml]	Baton owocowy 16 [g]
19.01.2024 - piątek	papkowata	Wart. energ.: 1959,0 [kcal] Białko ogółem: 87,9 [g] Węglowodany: 236,3 [g] Cukry: 49,3 [g] Błonnik: 23,3 [g] Tłuszcze: 78,9 [g] Kw. tł. nasyc.: 18,8 [g] Sól: 1,6 [g]	Papka mleczna z makaronem 500 [ml] (1,7)	Papka kurczak z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka kurczak z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka kurczak z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
	podstawowa	Wart. energ.: 2377,3 [kcal] Białko ogółem: 114,1 [g] Węglowodany: 310,4 [g] Cukry: 64,8 [g] Błonnik: 31,8 [g] Tłuszcze: 71,4 [g] Kw.tł. nasyc.: 20,9 [g] Sól: 4,7 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Ser topiony 50 [g] (7) Dżem 40 [g] Pomidor 60 [g] Rozszpuka 10 [g] Kakao z cukrem 200 [ml] (1,7)	Zupa szpinakowa z ryżem 450 [ml] (7,9) Filet z miruny panierowany smażony 140 [g] (1,3,4) Sur. z kapusty kiszzonej 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) Imperiał z rzodkiewką 60 [g] (7) Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Kefir 200 [ml] (7)

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 15.01.2024 - 21.01.2024

			Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7)			
	łatwostrawna	Wart. energ.: 2199,4 [kcal] Białko ogółem: 111,2 [g] Węglowodany: 298,5 [g] Cukry: 74,8 [g] Błonnik: 24,2 [g] Tłuszcze: 68,2 [g] Kw.tł. nasyc.: 21,9 [g] Sól: 4,6 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Ser topiony 50 [g] (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 grysikowa 450 [ml] (1,9) Filet z miruny duszony 100 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1,7) Sur. z selera 100 [g] (9) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Imperiał z rzodkiewką 60 [g] (7) Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Kefir 200 [ml] (7)
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart. energ.: 2168,4 [kcal] Białko ogółem: 98,2 [g] Węglowodany: 289,5 [g] Cukry: 79,2 [g] Błonnik: 26,8 [g] Tłuszcze: 61,2 [g] Kw.tł. nasyc.: 18,1 [g] Sól: 4,2 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Rogal 1 [szt] (1,7) Ser topiony 50 [g] (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 grysikowa 450 [ml] (1,9) Filet z miruny duszony 100 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1,7) Sur. z selera 100 [g] (9) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Imperiał z natką pietruszki 60 [g] (7) Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Kefir 200 [ml] (7)
	łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wart. energ.: 2270,8 [kcal] Białko ogółem: 110,8 [g] Węglowodany: 302,7 [g] Cukry: 68,2 [g] Błonnik: 21,8 [g] Tłuszcze: 78,8 [g] Kw.tł. nasyc.: 20,9 [g] Sól: 4,5 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Jajko 1 [szt] (3) Ser topiony 50 [g] (7) Pestki dyni 10 [g] Pomidor 60 [g] Sałata 10 [g] Kakao bez cukru 200 [ml] (1,7) Zacierka na mleku 300 [ml] (1,7) II śniadanie: budyń na mleku bez cukru 200 [ml] (7)	Zupa grysikowa 450 [ml] (1,9) Filet z miruny duszony 100 [g] (4) Sos śmietankowy 80 [g] (1,7) Sur. z selera 100 [g] (9) Ziemniaki z koperkiem 200 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Imperiał z rzodkiewką 60 [g] (7) Sałata 10 [g] Herbata bez cukru, z cytryną 200 [ml]	Kefir 200 [ml] (7)
	papkowata	Wart. energ.: 2002,2[kcal] Białko ogółem: 105,3[g] Węglowodany: 255,5 [g] Cukry: 29,5 [g] Błonnik: 24,6 [g] Tłuszcze: 67,8 [g] Kw. tł. nasyc.: 16,9 [g] Sól: 1,9 [g]	Papka mleczna z zacierką 500 [ml] (1,7)	Papka schab z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka schab z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka schab z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
DATA	DIETA		ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
20.01.2024 - sobota	podstawowa	Wart. energ.: 2062,4 [kcal] Białko ogółem: 82,2 [g] Węglowodany: 249,6 [g] Cukry: 66,2 [g] Błonnik: 21,1 [g] Tłuszcze: 61,3 [g] Kw.tł. nasyc.: 28,1 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ogonówka wieprzowa [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Barszcz ukraiński 450 [ml] (7,9) Ryz z jabłkiem zapiekany 250 [g] Brokuł na parze 100 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Bobaski drobiowe na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Banan 1 [szt]
	łatwostrawna	Wart. energ.: 2082,3 [kcal] Białko ogółem: 89,2 [g] Węglowodany: 234,4 [g] Cukry: 61,3 [g] Błonnik: 20,1 [g] Tłuszcze: 67,3 [g] Kw.tł. nasyc.: 28,6 [g] Sól: 4,6 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ogonówka wieprzowa [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Barszcz zabieleny 450 [ml] (7,9) Ryz z jabłkiem zapiekany 250 [g] Brokuł na parze 100 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Bobaski drobiowe na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Banan 1 [szt]
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart. energ.: 2051,4 [kcal] Białko ogółem: 89,2 [g] Węglowodany: 244,3 [g] Cukry: 62,3 [g] Błonnik: 23,3 [g] Tłuszcze: 59,3 [g] Kw.tł. nasyc.: 21,6 [g] Sól: 4,3 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Ogonówka wieprzowa [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Barszcz zabieleny 450 [ml] (7,9) Ryz z jabłkiem zapiekany 250 [g] Brokuł na parze 100 [g] Kompot z czarnej porzeczki z cukrem 200 [ml]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Bobaski drobiowe na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Banan 1 [szt]

Specjalistyczny Szpital im. Ks. Biskupa Józefa Nathana w Branicach Jadłospis 15.01.2024 - 21.01.2024

DATA	DIETA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY	
21.01.2024 - niedziela	łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wart. energ.: 2153,3 [kcal] Białko ogółem: 93,2 [g] Węglowodany: 261,3 [g] Cukry: 58,7 [g] Błonnik: 21,3 [g] Tłuszcze: 59,3 [g] Kw.tł. nasyc.: 26,4 [g] Sól: 4,6 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ogonówka wieprzowa [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) II śniadanie: papryka 30 [g]	Barszcz zabieleny 450 [ml] (7,9) Ryż z jabłkiem zapiekany 250 [g] Brokuł na parze 100 [g] Kompot z czarnej porzeczki bez cukru 200 [ml]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Bobaski drobiowe na gorąco 80 [g] (1,6) Pomidor 60 [g] Herbata bez cukru, z cytryną 200 [ml]	jogurt naturalny 150 [g] (7)
	papkowata	Wart. energ.: 2103,1[kcal] Białko ogółem: 104,0 [g] Węglowodany: 255,6 [g] Cukry: 49,8 [g] Błonnik: 23,3 [g] Tłuszcze: 80,6 [g] Kw. tł. nasyc.: 17,4 [g] Sól: 1,6 [g]	Papka mleczna z kaszą kukurydzianą 500 [ml] (7)	Papka schab z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka schab z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka schab z warzywami 250 [ml] (1,7,9)
	podstawowa	Wart. energ.: 2160,1 [kcal] Białko ogółem: 92,4 [g] Węglowodany: 289,6 [g] Cukry: 70,2 [g] Błonnik: 28,2 [g] Tłuszcze: 61,7 [g] Kw.tł. nasyc.: 24,8 [g] Sól: 5,1 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser żółty 40 [g] (7) Pomidor 60 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Zupa ryżowa 450 [ml] (9) Kotlet schabowy panierowany smażony 100 [g] (1, 3) 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) Szynka wiejska 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Herbatniki maślane 16 [g] (1,7)
	łatwostrawna	Wart. energ.: 2099,4 [kcal] Białko ogółem: 92,4 [g] Węglowodany: 289,6 [g] Cukry: 70,2 [g] Błonnik: 28,2 [g] Tłuszcze: 61,7 [g] Kw.tł. nasyc.: 24,8 [g] Sól: 4,8 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Pomidor 60 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Zupa ryżowa 450 [ml] (9) Schab duszony 80 [g] Sos potrawkowy 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) Szynka wiejska 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Herbatniki maślane 16 [g] (1,7)
	łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Wart. energ.: 2123,4 [kcal] Białko ogółem: 101,3 [g] Węglowodany: 291,4 [g] Cukry: 68,2 [g] Błonnik: 30,3 [g] Tłuszcze: 63,9 [g] Kw.tł. nasyc.: 21,3 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb pszenny 105 [g] (1) Masło ekstra 10 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Pomidor 60 [g] Dżem 40 [g] Kawa zbożowa z cukrem 200 [ml] (1,7)	Zupa ryżowa 450 [ml] (9) Schab duszony 80 [g] Sos potrawkowy 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) Szynka wiejska 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Herbata z cukrem i cytryną 200 [ml]	Herbatniki maślane 16 [g] (1,7)
	łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	Wart. energ.: 2191,1 [kcal] Białko ogółem: 118,3 [g] Węglowodany: 311,4 [g] Cukry: 61,1 [g] Błonnik: 34,1 [g] Tłuszcze: 68,1 [g] Kw.tł. nasyc.: 24,3 [g] Sól: 4,9 [g]	Chleb razowy 105 [g] (1) Masło ekstra 15 [g] (7) Ser topiony 50 [g] (7) Pomidor 60 [g] Pestki dyni 10 [g] Kawa zbożowa bez cukru 200 [ml] (1,7) II śniadanie: papryka 30 [g]	Zupa ryżowa 450 [ml] (9) Schab duszony 80 [g] Sos potrawkowy 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) Szynka wiejska 40 [g] (1,6) Ogórek kiszony 60 [g] Sałata 10 [g] Herbata bez cukru, z cytryną 200 [ml]	baton owocowy 16 [g]
papkowata	Wart. energ.: 2081,8 [kcal] Białko ogółem: 95,0 [g] Węglowodany: 242,7 [g] Cukry: 49,3 [g] Błonnik: 23,3 [g] Tłuszcze: 86,4 [g] Kw. tł. nasyc.: 21,8 [g] Sól: 1,6 [g]	Papka mleczna z kaszą manną 500 [ml] (7)	Papka wołowina z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka wołowina z warzywami 500 [ml] (1,7,9)	Papka wołowina z warzywami 250 [ml] (1,7,9)	